

COMORILE PUSTIEI



Cuvânt
despre
rugăciunea
lui Iisus

EDITURA NĂȘTRĂ

Sfântul Ignatie Branceaninov

Cuvânt despre Rugăciunea lui Iisus

*O carte ziditoare
pentru sufletul care
se zidește. R. M.*

Cu o postfață de
Arhimandrit ILIE CLEOPA

Foru

Colecția "Comorile Pustiei",
alcătuită la inițiativa unor monahi români
de la Sfântul Munte Athos,
apare cu binecuvântarea

IPS NICOLAE,
Mitropolitul Banatului

Colecție îngrijită de Ignatie Monahul

Editura

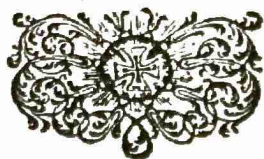


Anastasia

1996

În loc de prolog

Vederea păcatului meu



Va veni acel timp înfricoșător, va sosi acel ceas plin de groază, în care toate păcatele mele vor sta dezgolate în fața lui Dumnezeu-Judecătorul, în fața îngerilor Lui, în fața întregii omeniri. Presimțind starea sufletului meu din acele clipe cutremurătoare, mă umplu de spaimă. Sub înrâurirea acestei presimțiri vii și puternice, mă grăbesc cu frică să mă adâncesc în cercetarea conștiinței, mă grăbesc să văd ce păcate, săvârșite cu lucrul, cu cuvântul și cu gândul, sunt înscrise acolo.

Cărțile necitite, care zac timp îndelungat prin dulapuri, sunt roase de molii. O asemenea carte se citește cu greutate. Așa este și conștiința mea. Fiind necercetată de multă vreme, nu se deschide decât cu anevoie. Deschizând-o, nu aflu lămurirea așteptată. Numai păcatele mari se deslușesc ușor; însemnările mărunte, care sunt foarte

numeroase, aproape că s-au șters și nu mai pot pricepe acum la ce se referă ele.

Numai Dumnezeu, singur Dumnezeu poate să redea însemnărilor îngălbenite claritatea și să-l izbăvească pe om de o conștiință vicleană (Evr. 10, 22). Singur Dumnezeu poate să-i dea omului darul de a-și vedea păcatele și mai ales păcatul cel dintâi — căderea lui, în care se află rădăcina, sămânța, sâmburele, mănunchiul tuturor greșalelor omenești.

Chemând în ajutor mila și puterea lui Dumnezeu, chemându-le întru ajutor prin rugăciune fierbinte, unită cu un post bine chibzuit, unită cu lacrimile și străpungerea inimii, deschid din nou cartea conștiinței, din nou cercetez cu luare-aminte mulțimea și felul păcatelor mele; cercetez, ca să văd la ce au dat naștere greșalele făcute de mine.

Văd că: „fărădelegile mele covârșesc capul meu și ca o povară grea apasă peste mine; înmulțitu-s-au mai mult decât perii capului meu“ (Ps. 37, 5; 39, 17). Care este urmarea unei asemenea stări de păcătoșenie? „Ajunsu-m-au fărădelegile mele de nu pot să mai văd; inima mea m-a părăsit“ (Ps. 39, 16-17). Urmarea unei vieți păcătoase este orbirea minții, învârtoșarea, nesimțirea inimii. Mintea unui păcătos înveterat nu vede nici binele, nici răul; inima lui își pierde puterea de a simți cele duhovnicești. Dacă părăsind viața păcătoasă, acest om se întoarce spre calea nevoinei.

atunci inima lui, ca și cum ar fi o ființă străină, nu va consimți la năzuința lui către Dumnezeu.

Când prin lucrarea dumnezeiescului dar i se va descoperi nevoitorului mulțimea greșalelor lui, atunci e cu neputință ca el să nu ajungă la cea mai mare neliniște, să nu se scufunde într-o adâncă tristețe. „Inima mea s-a tulburat“ din pricina unei asemenea priveliști, „tăria mea m-a părăsit, așijderea și lumina ochilor mei am pierdut-o“. Căci „șalele mele sunt pline de ocări“, lucrarea mea e plină de poticneli din pricina obișnuinței cu păcatul, care mă trage cu sila spre noi greșale; „din pricina nebuniei mele, rănilor mele împuțitu-s-au și au putrezit“, adică patimile s-au învechit și m-au vătămat grav, din pricina vieții mele trăite fără băgare de seamă; „nu este vindecare în trupul meu“, adică nu este vindecare numai prin mijlocirea propriilor mele puteri pentru întreaga mea ființă lovită și molipsită de păcat (Ps. 37, 11).

Prin faptul că-mi recunosc păcatele, mă lepăd de ele, le mărturisesc și-mi pare rău că le-am săvârșit, răstorn toată mulțimea lor nenumărată în adâncul milostivirii lui Dumnezeu. Pentru ca pe viitor să mă păzesc de păcat, voi cerceta cu luare-aminte, petrecând în singurătate, cum lucrează păcatul împotriva mea, cum se apropie de mine, ce-mi spune.

El se apropie de mine ca un fur; fața lui este acoperită; „cuvintele lui sunt mai lunecoase decât untdelemnul“ (Ps. 54, 24); îmi spune minciuni, îmi propune fărâdelegi. Otravă este în gura lui; limba lui este un ac purtător de moarte.

„Îndulcește-te! șoptește el încet și lingușitor, pentru ce îți este oprită plăcerea? Îndulcește-te! Ce păcat găsești aici?“ — și răufăcătorul îmi propune călcarea poruncilor Domnului Celui Atotsfânt.

N-ar trebui să dau nici cea mai mică atenție cuvintelor lui; știu doar că e fur și ucigaș. Dar nu știu ce neputință de neînțeles, o neputință a voinei, mă biruie! Căci iau aminte la vorbele păcatului, privesc la fructul oprit. În zadar conștiința îmi amintește că a gusta din acest rod înseamnă a gusta moartea.

Dacă fructul oprit nu se află înaintea ochilor mei, atunci acest rod se zugrăvește pe neașteptate în închipuirea mea, pictat în culori vii, parcă de o mână fermecată. Simțirile inimii sunt atrase de acest tablou ispititor, care este asemenea unei desfrânate: aspectul exterior este atrăgător, dar dinăuntru duhnește a stricăciune; este împodobită cu haine prețioase, strălucitoare; lucrarea ei purtătoare de moarte este acoperită cu grijă. Când, din pricina absenței obiectului însuși, păcatul nu poate face o victimă din trupul nostru, atunci caută ca aceste jertfe necurate să fie aduse de inimă. Păcatul lucrează în mine prin gândul

păcătos, prin simțirea inimii și prin simțirea trupului, lucrează prin simțirile trupești, lucrează prin închipuire.

La ce concluzie mă duce privirea înlăuntrul meu? La concluzia că în mine, în toată ființa mea, există o vătămare păcătoasă, care consimte și ajută păcatului care năpădește asupra mea din afară. Eu sunt asemenea celui legat cu lanțuri; oricine — căruia i se îngăduie aceasta — îl înhață pe cel legat și îl duce unde vrea, pentru că cel legat cu lanțuri nu poate opune nici o rezistență.

Odinioară păcatul a pătruns în raiul cel de sus. Acolo, el le-a spus strămoșilor mei să guste din fructul oprit. Acolo, i-a înșelat; acolo, i-a lovit pe cei înșelați cu moartea veșnică. Acum, el îmi face și mie, urmașul lor, neîncetat, aceeași propunere; el se silește neîncetat să mă piardă și pe mine, urmașul lor.

Îndată după săvârșirea păcatului, Adam și Eva au fost izgoniți din Rai și așezați în pământul ostinelilor (Fac. 3, 23-24). Eu, urmașul lor, m-am născut în acest pământ al plânsului și al nevoilor! Dar aceasta nu mă îndreptățește în păcatul meu, căci raiul mi-a fost adus aici de către Răscumpărătorul, este sădit în inima mea. Eu am alungat raiul din inima mea prin păcat. Acum în inima mea este un amestec de bine și rău, o luptă cumplită între bine și rău, o ciocnire a nemăratelor patimi; în inima mea port chinul care e

o pregustare a veșnicelor chinuri din iad. Astfel în inima mea pot afla iadul sau raiul.

Văd în mine însumi mărturia că sunt fiul lui Adam: păstrez înclinarea lui spre rău, mă învoiesc cu propunerile înșelătorului, deși știu cu siguranță că sunt înșelat, că mi se pregătește moartea.

N-am de ce să-i învinuiesc pe strămoși pentru păcatul moștenit, căci eu am fost scos din robia păcatului de Răscumpărătorul meu și, de acum înainte, cad în păcate nu de silă, ci de bunăvoie.

Strămoșii au săvârșit cândva, în rai, călcarea unei singure porunci dumnezeiești, iar eu, aflându-mă în sânul Bisericii lui Hristos, calc neîncetat toate poruncile divine ale lui Hristos, Dumnezeuul și Mântuitorul meu.

Uneori sufletul mi se tulbură de mânie și de ținerea de minte a răului! În închipuirea mea sclipește pumnalul ridicat asupra aproapelui pe care-l vrăjmășesc și inima mi se îmbată de răzbunarea împlinită în imaginație. Alteori mi se înfățișează grămezi risipite de aur. În spatele lor se văd palate mărețe, grădini, toate obiectele de lux, plăcerile, pozițiile înalte, care se dobândesc prin aur și pentru care omul iubitor de păcat se închină acestui idol, care nu este decât un mijloc de înfăptuire a tuturor dorințelor putrede. Câteodată sunt amăgit de onoruri și de putere! Sunt atras de visurile care mă pun la conducerea oamenilor și țărilor și în care eu le ofer lor lucruri pieritoa-

re, iar mie, o slavă pieritoare. Altă dată, parcă aievea, îmi stau în faţă mese cu mâncăruri aburinde, plăcut mirositoare! Mă îndulcesc, într-un chip vrednic de râs şi dureros în acelaşi timp, cu imaginile înşelătoare ce se înfăţişează înaintea mea. Adeseori mă văd pe neaşteptate drept sau, mai bine zis, inima, făţarnică, se sileşte să pară dreaptă, se linguşeşte pe sine, se îngrijeşte de lauda omenească, pe care o doreşte. Patimile se ceartă între ele, cerându-mă fiecare pentru sine, mă aruncă fără încetare dintr-o parte în alta, mă întărită, mă tulbură. Şi eu nu îmi văd starea mea amară! Peste mintea mea este trasă o perdea de nepătrunsă întunecime; pe inima mea se află trântită piatra grea a nesimţirii.

Oare mintea mea îşi va reveni în fire? Va voi oare ea să-şi îndrepte paşii spre bine? Îi stă împotrivă inima, deprinsă cu plăcerile păcătoase, i se împotrivesc trupul meu, care a dobândit dorinţe animalice. Am pierdut puterea de a înţelege că trupul meu, zidit pentru veşnicie, este capabil de dorinţe şi lucrări dumnezeieşti, că pornirile dobitoceşti nu sunt decât o neputinţă a lui e adu- să firii lui prin cădere. Părţile care alcătuiesc fiinţa mea — mintea, inima şi trupul — sunt ciopârţite, dezbinat, lucrează în dezacord, se împotrivesc una alteia; şi numai atunci se unesc, în chip fugar, cu totul potrivit lui Dumnezeu, când săvârşesc păcatul.

Astfel este starea mea! Ea este moartea sufletului în timpul vieții trupului. Și eu sunt mulțumit cu starea mea! Mulțumit nu din smerenie, ci din pricina orbirii mele, din pricina împietririi mele. Sufletul nu-și simte moartea, tot așa cum n-o simte nici trupul când e despărțit prin moarte de suflet.

Dacă eu aș simți moartea sufletului meu, aș petrece într-o necurmată pocăință! Dacă eu aș simți moartea mea, m-aș îngriji de înviere!

Dar sunt în întregime prins cu grijile lumii și prea puțin mă îngrijesc de nevoile mele sufletești! Osândesc cu asprime cele mai mici greșeli săvârșite de aproapele meu, în timp ce eu, care sunt plin de păcate, orbit de ele, prefăcut în stâlp de sare asemenea femeii lui Lot, nu sunt în stare să fac nici un fel de lucrare duhovnicească.

N-am pășit pe drumul pocăinței, pentru că încă nu-mi văd păcatul. Și nu-mi văd păcatul, pentru că încă lucrez în folosul păcatului. Căci cel ce se îndulcește de păcat nu-l poate vedea, cum nu-l poate vedea nici cel ce-și îngăduie să guste din el fie chiar numai cu gândul și cu conștiința inimii.

Numai acela poate să-și vadă păcatul, care s-a lepădat cu o hotărâtă voie liberă de orice prietenie cu păcatul, care trează străjuiește cu sabia scoasă din teacă — care este cuvântul lui Dumnezeu — la porțile ființei sale, care respinge și taie cu această sabie păcatul sub orice chip s-ar apropia.

Celui care va săvârși această mare lucrare, celui care va declara război păcatului, smulgându-și cu sila din puterea acestuia mintea, inima și trupul, aceluia Dumnezeu îi dă un mare dar: vederea păcatelor sale.

Fericit este sufletul care și-a văzut păcatul cui-bărit în sânul său! Fericit este sufletul care vede în sine căderea strămoșilor și existența încă a vechiului Adam! O asemenea vedere a păcatului este o vedere duhovnicească, este vederea minții vindecate de orbire prin darul dumnezeiesc. Sfânta Biserică de Răsărit învață să cerem de la Dumnezeu vederea păcatelor noastre, prin post și rugăciune.

Fericit este sufletul care neîncetat stăruie în Legea Domnului! Căci în ea poate vedea chipul și frumusețea Omului Nou, iar prin compararea cu el își poate cerceta și îndrepta neajunsurile sale.

Fericit este sufletul care și-a cumpărat țarina pocăinței prin tăierea pornirilor păcătoase! În această țarină el va găsi o neprețuită comoară de mântuire. Și când ai dobândit țarina pocăinței, predă-te plânsului de prunc în fața lui Dumnezeu. Și nu cere nimic de la Dumnezeu; lasă-te în voia Lui, lepădându-te de tine.

Înțelege, simte că ești făptură, iar Dumnezeu e Făcătorul. Predă-te, prin urmare, fără să mai stai pe gânduri, în voia Ziditorului, adu-I numai lacrimile de prunc, adu-I numai inima tăcută, gata să-I urmeze voia, să se lase pecetluită cu voia Lui.

Dacă însă, din pricina prunciei tale, nu te poți cufunda în rugăciunea fără cuvinte și în plâns în fața lui Dumnezeu, atunci rostește înaintea Lui o rugăciune smerită, o rugăciune pentru iertarea păcatelor și pentru vindecarea de patimile păcătoase, de neputințele morale, care sunt greșalele săvârșite de bunăvoie și repetate de-a lungul unui timp atât de îndelungat.

Fericit este sufletul care și-a dat seama că este pe deplin nevrednic de Dumnezeu, care s-a judecat ca ticălos și păcătos! Un astfel de suflet se află pe calea mântuirii; în el nu mai este amăgirea de sine.

Dimpotrivă, cine se crede pregătit să primească darul, cine se socotește vrednic de Dumnezeu, cine așteaptă și cere venirea Lui tainică, cine spune că e gata să-L primească, să-L audă și să-L vadă pe Domnul, acela se înșală pe sine, acela se amăgește pe sine; acela a atins culmea înaltă a mândriei, de unde urmează căderea în întunecoasa prăpastie a pierzării (Sf. Isaac Sirul, Cuv. 55). Acolo se prăbușesc toți cei care se mândresc înaintea lui Dumnezeu, care cutează să se considere cu nerușinare vrednici de Dumnezeu și cu această părere de sine și înșelare de sine să-i spună lui Dumnezeu: „Vorbește, Doamne, că robul Tău ascultă“.

Tânărul prooroc Samuel L-a auzit pe Domnul chemându-l și nu s-a socotit vrednic de a vorbi

cu Domnul, ci s-a dus la bătrânul său sfătuitor, cerând de la el îndrumări pentru purtarea sa. Au-
zit-a Samuel a doua oară același glas care îl che-
ma și din nou s-a dus la îndrumătorul său. Povă-
tuitorul a înțeles că glasul care îl chema era gla-
sul lui Dumnezeu. Atunci el i-a spus tânărului că,
dacă va mai auzi o asemenea chemare, să-i răs-
pundă celui ce-i vorbește astfel: „Grăiește, Doam-
ne, căci robul Tău ascultă“ (I Reg. 3, 9).

Același lucru îndrăznește să-l spună un nemer-
nic iubitor de plăceri și plin de părerea de sine,
care nu e chemat de nimeni, care e îmbătat de
slavă deșartă, care își închipuie glasuri și mângâ-
ieri prin care își lingusește vicleana sa inimă, prin
care se înșală și pe el și pe cei care-l urmează în
chip ușuratic!

Fiule al Bisericii de Răsărit, care e una, sfântă
și adevărată! În nevoințele tale nevăzute să te
conduci după îndrumările Sfinților Părinți ai Bise-
ricii tale, care poruncesc să te întorci de la orice
vedenie, de la orice glas din afara sau dinlăuntrul
tău — înainte de-a te fi înnoit printr-o vădită lu-
crare a Sfântului Duh — ca de la un vădit mijloc
de înșelare (Cuv. Grigorie Sinaitul). (Despre înșe-
lare și altele, vezi Filocalia vol. 8, Sf. Calist și Ig-
natie Xantopol, cap. 73).

Păzește-ți mintea de vedenii; alungă toate închi-
puirile și părerile ce se apropie de ea, prin care
înșelăciunea ia locul adevărului. Înarmat cu pocă-

ința, stai cu frică și evlavie înaintea marelui Dumnezeu, care poate curăți păcatele tale și te poate înnoi prin Duhul Său Preasfânt, care va veni și te va povățui spre „toată dreptatea“ (In. 16, 13).

Plânsul și pocăința singure sunt folositoare sufletului care s-a apropiat de Dumnezeu cu gândul să primească de la El iertarea păcatelor sale. Aceasta este partea cea bună. Dacă ai ales-o, atunci să nu o lepezi niciodată. Să nu dai această comoară în schimbul simțămintelor deșarte, mincinoase, silnice, care te fac să pierzi darul prin amăgirea de sine.

Dacă unii din Părinți, spune preacuviosul Isaac Sirul, au scris despre ce este curățenia sufletească, sănătatea inimii, nepătimirea, vederea, asta nu înseamnă că ei au scris pentru ca noi să le căutăm și să le așteptăm înainte de vreme. Este scris în Scriptură: „Împărăția lui Dumnezeu nu vine în chip văzut“ (Lc. 17, 20). Aceia în care trăiește așteptarea necuvenită au dobândit mândria și căderea... Căutarea înaltelor daruri dumnezeiești este respinsă de Biserică. Acesta nu este semn de dragoste pentru Dumnezeu; aceasta este o neputință a sufletului“ (Cuviosul Isaac Sirul, Cuv. 55).

Toți sfinții și-au recunoscut nevrednicia în fața lui Dumnezeu și prin aceasta și-au arătat adevărata vrednicie, care stă în smerenie (Al aceluiași, Cuv. 36).

Toți cei cu părere de sine s-au socotit vrednici de Dumnezeu, vădind astfel că sufletul lor este cuprins de mândrie și de înșelăciune drăcească. Unii dintre ei i-au primit pe demonii care s-au înfățișat în chipul îngerilor și le-au urmat; altora li s-au arătat demonii în chip descoperit, prefăcându-se biruiți prin rugăciunea lor, ducându-i la mândrie; alții, ațâțându-și imaginația, cu sângele înfierbântat, au luat drept mângâiere a harului agitația lor nervoasă, căzând în amăgirea de sine și numărându-se, potrivit duhului lor, între duhurile necurate.

Dacă vrei să stai cu folos în fața conștiinței tale, prihănește-te pe tine însuși și nu te linguși. În starea noastră de cădere ne sunt de folos leacurile amare. Cei ce se lingușesc pe ei înșiși au și primit aici, pe pământ, răsplata lor, care este lingușirea de sine, lauda și dragostea lumii, vrăjmașă lui Dumnezeu; în afară de osândă, ei nu au ce aștepta în veșnicie.

„Păcatul meu înaintea mea este pururea“ (Ps. 50, 5), spune Proorocul David. Propriul păcat era obiectul neîncetatei sale cercetări. „Fărădelegea mea o voi vesti și mă voi îngriji pentru păcatul meu“ (Ps. 37, 19). David a stăruit în osândirea de sine, în dezvăluirea păcatului său, chiar atunci când păcatul lui era deja iertat și când i se înapoiase darul Duhului Sfânt. Mai mult, el și-a dat pe față păcatul și l-a mărturisit în auzul lumii întregi (Ps. 50).

Când Sfinții Părinți ai Bisericii de Răsărit, în-deosebi viețuitorii în pustie, atingeau culmile lucrării duhovnicești, atunci toate nevoințele lor se înmănuncheau într-una singură, în pocăință. Pocăința cuprindea toată viața lor, toată lucrarea lor: ea era urmarea vederii propriului păcat.

Un oarecare mare Părinte a fost întrebat care este lucrarea călugărului însingurat. El a răspuns: sufletul tău stă mort înaintea ochilor tăi și tu mai întrebi care trebuie să-ți fie lucrarea? (Sf. Isaac Sirul, Cuv. 21). Plânsul este lucrarea esențială a adevăratului nevoitor al lui Hristos; plânsul să fie lucrarea lui din clipa începerii nevoinței și până la săvârșirea ei.

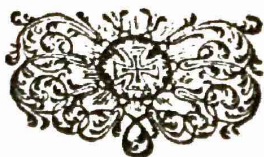
Vederea păcatului nostru și pocăința ce se naște din ea este o lucrare care nu are sfârșit pe pământ. Prin vederea păcatului se trezește pocăința; prin pocăință se dobândește curățenia; ochiul curățit, încetul cu încetul, începe să vadă în ființa omenească neajunsuri și vătămări pe care mai înainte, din pricina întunecării sale, nici nu le bănuia.

Doamne, dăruiește-ne să ne vedem greșalele, pentru ca mintea noastră, atrasă în întregime către luarea-aminte la propriile păcate, să înceteze de a mai vedea păcatele aproapelui și, în felul acesta, să-i vadă pe toți semenii buni. Dăruiește inimii noastre să părăsească grija pierzătoare pentru neajunsurile aproapelui, ci toate grijile să

• și le unească într-una singură, cea pentru dobândirea curăției și sfințeniei poruncite și pregătite nouă de Tine.

Dăruiește-ne nouă, celor care ne-am spurcat veșmintele sufletului, să le albim din nou. Ele au fost deja spălate de apele Botezului, dar acum, după ce-au fost spurcate, au nevoie de apele lacrimilor. Dăruiește-ne să vedem, în lumina darului Tău, feluritele neputințe ce viețuiesc în noi, care omoară mișcările duhovnicești ale inimii noastre, care nasc în ea mișcări ale sângelui și trupești, vrăjmașe Împărăției lui Dumnezeu. Dăruiește-ne marele dar al pocăinței, înaintea căreia este și pe care o naște marele dar al vederii păcatelor proprii. Păzește-ne cu aceste mari daruri de prăpastia înșelării de sine, care se deschide în suflet din cauza neluării în seamă și a neînțelegerii păcătoșeniei noastre; care ia naștere din lucrările iubirii de plăceri și de slavă deșartă, neluate în seamă și neînțelese de el. Păzește-ne cu aceste mari daruri pe calea ce duce spre Tine și dăruiește-ne să ajungem la Tine, Cel care primești pe cei ce se socotesc păcătoși și-i lepezi pe cei ce se socotesc drepti, ca să Te preamărim pururea în fericirea veșnică pe Tine, Unul, Adevăratul Dumnezeu, Răscumpărătorul celor robiți, Mântuitorul celor pierduți. Amin.

Cuvânt despre rugăciunea lui Iisus



Începând să vorbesc despre rugăciunea lui Iisus, Îl chem în ajutorul minții mele sărace pe preabunul și atotputernicul Hristos. Începând să vorbesc despre rugăciunea lui Iisus, mi-aduc aminte de cuvântul dreptului Simeon, spus cu privire la Domnul: „Iată, Acesta este pus spre căderea și spre ridicarea multora din Israel și ca semn de tăgadă“ (Lc. 2, 34). Așa cum Domnul a fost și este un adevărat semn, un semn de tăgadă, prilej de neînțelegere și de dispută între cei ce L-au cunoscut și cei ce nu L-au cunoscut, tot astfel și rugăciunea care se face întru numele Lui preasfânt, fiind în înțelesul cel mai deplin un mare și deosebit semn, a devenit, de la un timp încoace, un obiect de neînțelegere și de ceartă între cei ce se ocupă cu o astfel de rugăciune și cei ce nu se ocupă cu ea. Un Sfânt Părinte face pe bună dreptate observația că acest fel de rugă-

ciune este tăgăduit numai de cei care nu-l cunosc; îl tăgăduiesc din pricina unor idei preconcepute și din cauza unei false opinii pe care și-au format-o despre ea. Fără să ținem seama de spusese lor pline de prejudecăți și de neștiință, cu nădejdea în mila și ajutorul lui Dumnezeu, noi vă punem în față, iubiți părinți și frați, modestul nostru cuvânt despre rugăciunea lui Iisus, întemeiat pe Sfânta Scriptură, pe predania Bisericii și pe scrierile Părinților, în care este expusă învățătura despre preasfânta și atotputernica rugăciune. „Mute să fie buzele cele viclene, care grăiesc împotriva dreptului fărădelege, cu mândrie și cu defăimare“ (Ps. 30, 19). Cunoscând măreția numelui lui Iisus și puterea mântuitoare ce purcede din această rugăciune, să strigăm cuprinși de uimire și de bucurie duhovnicească: „Cât este de mare mulțimea bunătăților Tale, Doamne, pe care ai gătit-o celor ce se tem de Tine, pe care ai făcut-o celor ce nădăjduiesc în Tine, înaintea oamenilor“ (Ps. 30, 20). „Unii se bizuiesc pe carele lor de război, alții pe caii lor — pe lucrarea trupească și deșartă a minții lor —, dar noi ne bizuim pe numele Domnului Dumnezeuului nostru“ (Ps. 19, 8).

Rugăciunea lui Iisus se spune astfel: „Doamne Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu, miluiește-mă pe mine, păcătosul“. La început, ea se rostea fără cuvântul „păcătosul“. Acest cuvânt s-a adăugat

mai târziu la celelalte cuvinte ale rugăciunii. Prin el se exprimă conștiința și mărturisirea căderii, observă preacuviosul Nil Sorschi, este potrivit cu starea noastră și este plăcut lui Dumnezeu, Care ne-a poruncit să ridicăm către El rugăciuni cu conștiința și mărturisirea păcătoșeniei noastre.

Părinții, făcând pogorământ pentru neputința începătorilor, îngăduie să se împartă rugăciunea în două: uneori să zică: „Doamne Iisuse Hristoase, miluiește-mă pe mine, păcătosul“, iar alteori: „Fiul lui Dumnezeu, miluiește-mă pe mine, păcătosul“. De altminteri, aceasta este numai o îngăduință și un pogorământ, iar nu o poruncă și nu e o rânduială obligatorie. E mult mai bine s-o faci mereu în același fel și în întregime, fără să-ți risipești mintea cu grija schimbării. Și cel ce găsește că, pentru neputința lui, e necesară schimbarea, nu trebuie să și-o îngăduie des. De pildă, te poți ruga cu prima parte a rugăciunii până la amiază, iar cu cealaltă, după amiază. Oprind de-așa schimbare, cuviosul Grigorie Sinaitul spune: „Pomii care se răsădesc des nu prind rădăcini“.

Rugăciunea lui Iisus este un așezământ dumnezeiesc. Ea este rânduită nu prin mijlocirea vreunui prooroc, nici a unui Apostol, sau a vreunui înger, ci este rânduită de însuși Fiul lui Dumnezeu. După Cina cea de Taină, printre alte îndemnuri dintre cele mai înalte și printre poruncile de pe urmă, Domnul nostru Iisus Hristos a

rânduit rugăciunea cu numele Său. A dat acest mijloc de rugăciune ca pe un nou și neobișnuit dar, un dar de mare preț. Apostolii știau puterea numelui lui Iisus: în numele Lui ei vindecau neputințe de nevindecat, îi supuneau pe demoni, îi biruiau, îi legau, îi alungau. Acest nume minunat și atotputernic, Domnul poruncește să fie folosit în rugăciune, făgăduind, din parte-I, o deosebită lucrare pentru împlinirea rugăciunii. „Orice veți cere de la Tatăl în numele Meu, aceea voi face, ca să se preamărească Tatăl întru Fiul. De veți cere ceva în numele Meu, Eu voi face“ (In. 16, 23-24). O, ce dar măreț! El este cheazășia veșnică a bună-tăților fără margini! El a izvorât din gura nemărginitului Dumnezeu, care S-a îmbrăcat în trupul mărginit al omului, care S-a numit cu numele de om — Mântuitorul. Numele, după forma lui, este mărginit, dar numește nemărginitul, pe Dumnezeu, de la care împrumută o demnitate nemărginită, dumnezeiască, putere și însușiri dumnezeiești.

Dătătorule al darului neprețuit, nepieritor! Cum am putea noi, oameni de nimic, firavi, păcătoși, să primim darul? Nu sunt în stare de acestea nici mâinile noastre, nici mintea, nici inima. Învață-ne Tu pe noi să înțelegem, după putința noastră, atât măreția darului, însemnătatea lui cât și mijlocul prin care îl putem primi și mijlocul prin care îl putem folosi, ca să nu ne apropiem de acest dar în chip păcătos, ca să nu ne supunem pe-

depsei pentru lipsă de judecată și cutezanță; ca să primim de la Tine, pentru dreapta cunoaștere și pentru întrebuințarea darului, alte daruri făgăduite de Tine, care numai de Tine sunt știute.

Din Evanghelie, din Faptele și Epistolele Apostolilor, noi vedem nemărginita credință în numele Domnului Iisus și o nemărginită evlavie pentru acest Nume din partea Sfinților Apostoli. Cu numele Domnului Iisus se săvârșeau cele mai minunate semne. Nu știm în ce chip se rugau ei cu numele Domnului, dar ei se rugau cu el negreșit. Cum puteau ei să nu cheme numele Lui, când această rugăciune le-a fost dată și poruncită de însuși Domnul, când porunca a fost întărită prin două repetări ale ei? Dacă Scriptura tace cu privire la acest lucru, atunci ea tace numai pentru că această rugăciune era foarte cunoscută și des întrebuințată. Întrebuințarea și cunoașterea generală a rugăciunii lui Iisus se vede cu toată evidența din rânduiala ca cei neștiutori de carte să folosească rugăciunea lui Iisus în locul altor rugăciuni. Vechimea acestei rânduieli privind rugăciunile este în afară de orice îndoială. Mai târziu ea se completează pe măsura ivirii noilor rugăciuni scrise în Biserică. Sfântul Vasile cel Mare a pus în scris pravila privind rugăciunea, pentru obștea lui, lucru pentru care unii îi atribuie însuși așezământul pravilei. Dar ea nu este nicidecum invenția și așezământul Marelui Luminător. Sfântul

n-a făcut decât să înlocuiască tradiția orală cu una scrisă, exact așa cum a pus în scris rânduiala Liturghiei, rânduială care exista în Cezareea de pe vremea Apostolilor, dar care nu era scrisă, ci se transmitea din gură în gură, pentru ca marea și sfânta lucrare să fie ferită de pângărirea păgânilor.

Pravila monahală cuprinde îndeosebi rugăciunea lui Iisus. În acest chip se predă această pravilă în general pentru toți monahii Bisericii Ortodoxe; în acest chip a fost predată de Înger cuviosului Pahomie cel Mare, pentru monahii din chinovia lui. Preacuviosul a trăit în veacul al IV-lea; în pravilă se vorbește de rugăciunea lui Iisus, la fel ca de rugăciunea Domnului (Tatăl nostru), psalmul 50 și Simbolul credinței, ca de una dintre cele ce sunt cunoscute și primite de toți. Preacuviosul Antonie cel Mare, trăitor în veacurile III și IV, îi îndeamnă pe ucenicii săi să se îndeletnicească mai ales cu rugăciunea lui Iisus, vorbind despre ea ca despre ceva ce nu are nevoie de vreo lămurire. Lămuririle referitoare la această rugăciune au început să apară mai târziu, pe măsură ce a scăzut cunoașterea ei vie. Învățătura denunțată de Părinți în veacurile XIV și XV, când îndeletnicirea cu rostirea ei a început să fie uitată chiar printre călugări.

În mărturiile istorice ale creștinismului din primele veacuri care au ajuns până la noi, nu se

vorbește despre rugăciunea cu numele Domnului în chip separat, ci doar se amintește de ea cu prilejul expunerii altor întâmplări. Astfel, în viața sfântului Ignatie Teoforul, Episcopul Antiohiei, care s-a încununat cu sfârșit de mucenic la Roma, în timpul împăratului Traian, se istorisesc următoarele: „Pe când era dus ca să fie mâncat de fiare, sfântul chema neîncetat numele lui Iisus Hristos; atunci necredincioșii l-au întrebat pentru ce poartă neîncetat acest nume. Sfântul a răspuns că el, având înscris în inima lui numele lui Iisus Hristos, îl mărturisește și cu gura pe Acela pe care Îl poartă întotdeauna în inimă. După ce sfântul a fost mâncat de fiare, după rânduiala lui Dumnezeu s-a păstrat inima lui întreagă. Necredincioșii, găsind-o și aducându-și aminte de cuvintele Sfântului Ignatie, au tăiat această inimă în două, vrând să afle dacă este adevărat ceea ce s-a spus de sfânt. Ei au găsit înlăuntru, pe jumătățile de inimă tăiată, scris cu litere de aur: Iisus Hristos. În acest chip, sfințitul mucenic Ignatie a fost purtător de Dumnezeu și cu numele și cu fapta, purtând întotdeauna în inima sa pe Hristos Dumnezeu, scris cu mintea cugetătoare de Dumnezeu ca și cu o trestie“. Purtătorul de Dumnezeu a fost ucenicul Sfântului Apostol și Evanghelist Ioan Teologul și s-a învrednicit în copilăria lui să-L vadă pe însuși Domnul Iisus Hristos. El este acel fericit prunc despre care se spune în Evan-

ghelie că Domnul l-a pus în mijlocul Apostolilor, care se certau pentru întâietate, l-a îmbrățișat și a spus: „Amin, grăiesc vouă, de nu vă veți întoarce ca să fiți ca pruncii, nu veți intra în împărăția cerurilor. Deci, cel ce se va smeri pe sine ca pruncul acesta, acela este mai mare în împărăția cerurilor“ (Mt. 18, 3-4). Desigur, Sfântul Ignatie a învățat rugăciunea lui Iisus de la Sfântul Evanghelist Ioan și se îndeletnicea cu ea în acele timpuri înfloritoare ale creștinismului, ca toți ceilalți creștini.

Atunci rugăciunea lui Iisus se învăța de către toți creștinii, mai întâi pentru marea ei însemnătate, apoi pentru raritatea și scumpetea manuscriselor sfinte, pentru raritatea celor știutori de carte (cei mai mulți dintre Apostoli nu știau carte), pentru îndemnarea la credință, pentru satisfacerea nevoilor, pentru deosebita lucrare și putere a rugăciunii lui Iisus. „Numele Fiului lui Dumnezeu“, i-a spus îngerul sfântului Herma, ucenic al Apostolilor, „e mare și necuprins: el ține toată lumea“. Auzind această învățătură, Herma l-a întrebat pe înger: „dacă toată făptura se ține prin puterea lui Dumnezeu, atunci ține El și oare pe acei care sunt chemați de El, care poartă numele Lui și umblă în poruncile Lui?“. Îngerul a răspuns: „El ține pe acei care poartă numele Lui cu toată inima. El însuși s-a făcut lor temelie și îi ține cu dragoste, pentru că ei nu se rușinează să poarte numele Lui“.

În Istoria Bisericii citim următoarele: „Un ostaș cu numele Neocora, născut în Cartagina, slujea într-o unitate militară romană, care păzea Ierusalimul pe vremea când Domnul nostru Iisus Hristos a suferit de bunăvoie patimile și moartea pentru răscumpărarea neamului omenesc. Văzând minunile care s-au săvârșit în timpul morții și învierii Domnului, Neocora a crezut în Domnul și a fost botezat de Apostoli. După terminarea serviciului militar, Neocora s-a reîntors în Cartagina și a făcut cunoscută comoara credinței întregii sale familii. În numărul celor ce au primit creștinismul se afla și Calistrat, nepotul lui Neocora. Calistrat, ajuns la majorat, s-a dus la oaste. Regimentul în care a fost rânduit se compunea din închinători la idoli. Ei au observat că el nu se închină idolilor, ci, în vremea nopții, săvârșește în locuri singuratice rugăciuni îndelungate. Trăgând cu urechea în timpul când el se ruga și auzind că repetă neîncetat numele Domnului Iisus Hristos, au raportat acest lucru comandantului lor. Sfântul Calistrat, care l-a mărturisit pe Iisus în singurătatea și întunericul nopții, l-a mărturisit pe El și la lumina zilei, în fața întregului popor, pecetluindu-și mărturisirea cu sânge“.

Un scriitor din secolul V, Isihie Ierusalimiteanul, se plânge că îndeletnicirea cu această rugăciune a slăbit foarte mult în rândul monahilor. Odată cu scurgerea timpului, s-a accentuat tot

mai mult această uitare și de aceea Sfinții Părinți s-au străduit să o mențină prin scrierile lor. Ultimul care a vorbit despre această rugăciune a fost fericitul stareț Serafim din Sarov. Îndrumările înfrumusețate cu numele lui n-au fost scrise de fericitul stareț; ele au fost scrise, potrivit cuvintelor lui, de unul din călugării care au fost povățuiți de el; vorbele lui poartă pecetea unei ungeri a harului.

Acum, îndeletnicirea cu rugăciunea lui Iisus este aproape părăsită de monahi. Preacuviosul Isihie deja arăta că pricina acestei părăsiri este negrija. Trebuie să recunoaștem că învinuirea este reală.

Puterea plină de har a rugăciunii lui Iisus se cuprinde în însuși numele dumnezeiesc al Dumnezeuului-Om, al Domnului nostru Iisus Hristos. Deși numeroase mărturii din Sfânta Scriptură ne arată măreția numelui lui Dumnezeu, cu o deosebită claritate a lămurit însemnătatea acestui nume Sfântul Apostol Petru în fața sinedriului iudaic, când a fost întrebat cu ce putere sau în al cui nume a vindecat un șchiop: „Atunci Petru, plin fiind de Duhul Sfânt, le-a vorbit: Fruntași ai poporului și bătrâni ai lui Israel, fiindcă noi suntem astăzi cercetați pentru facere de bine către un om bolnav, ca să răspundem prin cine s-a făcut el sănătos, cunoscut să vă fie tuturor și la tot poporul Israel că în numele lui Iisus Hristos din Nazaret, pe Care voi L-ați răstignit, dar pe Care Dumnezeu L-a înviat din morți, în numele Lui stă

acesta sănătos în fața voastră" (Fapte 4, 8-10). Această mărturie este a Sfântului Duh, iar gura, limba, glasul Apostolului n-au fost decât unelte ale Sfântului Duh. Apostolul neamurilor ne înaldea deamă și el: „Căci oricine va chema numele Domnului se va mântui" (Rom. 10, 13). Și ne spune că Hristos Iisus „S-a smerit pe Sine, ascultător făcându-Se până la moarte, și încă moarte pe cruce. Pentru aceea, și Dumnezeu L-a preainălțat și i-a dăruit Lui nume, care este mai presus de orice nume; ca întru numele Lui, tot genunchiul să se plece, al celor cerești și al celor pământestești și al celor de dedesubt" (Filip. 2, 8-10).

David, care a fost prooroc și strămoșul lui Iisus după trup, a cântat măreția numelui lui Iisus, a zăgrăvit în chip viu lucrarea acestui nume, lupta ce se dă prin mijlocirea acestui nume cu păcatul, puterea lui de a-l elibera pe cel ce se roagă din robia patimilor și demonilor, triumful plin de har al celor ce obțin biruința cu numele lui Iisus. Să-l ascultăm, să-l ascultăm pe David cel insuflat de Dumnezeu. Cu o minunată claritate, descriind ceea ce trebuia să se întâmple peste o mie de ani, adică așezarea Împărăției duhovnicești a lui Hristos pe pământ, Împăratul prooroc spune că stăpânirea Dumnezeului-Om este „de la o mare până la alta și de la Eufrat până la marginile lumii... Și se vor închina Lui toți împărații pământului, toate neamurile vor sluji Lui... toată ziua îl

vor binecuvânta pe El... Numele Lui va dăinui pe vecie; cât va fi soarele va fi pomenit numele Lui. Se vor binecuvânta întru El toate semințiile pământului, toate neamurile Îl vor ferici pe El... Binecuvântat este numele slavei Lui în veac și în veacul veacului. Tot pământul se va umple de slava Lui" (Ps. 71, 8-11, 14-18, 20-21).

Măreața lucrare a rugăciunii, care îi introduce pe oameni în cea mai intimă comunicare cu Dumnezeu, s-a ivit pe pământ și s-a răspândit în timpul împăcării omului cu Dumnezeu prin mijlocirea Omului-Dumnezeu. Această lucrare a îmbrățișat toată lumea. Ea a ajuns în orașe și sate; a înflorit în pustietățile sălbatice, nelocuite până atunci; ea a strălucit în peșteri întunecoase, în crăpături, în prăpăstii și pe vârfurile munților, în fundăturile pădurilor dese. Numele Dumnezeului-Om a primit în lucrarea rugăciunii cea mai mare însemnătate, fiind numele Mântuitorului oamenilor, Făcătorului oamenilor și al îngerilor, fiind numele Domnului Dumnezeu care S-a făcut om, al biruitorului duhurilor răzvrătite și al demonilor. „Înaintea Lui vor îngenunchea etiopienii — dracii — și vrăjmașii Lui — duhurile căzute — țărâna vor linge" (Ps. 71, 9). „Doamne, Dumnezeul nostru, cât de minunat este numele Tău în tot pământul! Că s-a înălțat slava Ta mai presus de ceruri! Din gura pruncilor și a celor ce sug ai săvârșit laudă, pentru vrăjmașii Tăi, ca să amuțești pe vrăjmaș și pe răzbunător" (Ps 8, 1-3).

Chiar așa este! Măreția numelui lui Iisus e mai presus de înțelegerea fapturilor raționale de pe pământ și din cer; ceea ce nu poate fi ajuns de rațiune, poate fi primit de nevinovăția pruncilor și de credință. Cu această stare sufletească dezinteresată trebuie să începem rugăciunea întru numele lui Iisus și astfel să petrecem întru această rugăciune. Stăruința și atenția în rugăciune trebuie să fie asemenea dorinței unui prunc spre sânul mamei. Atunci rugăciunea cu numele lui Iisus poate fi încununată cu o deplină izbândă, vrăjmașii nevăzuți pot fi înfrânți, vrăjmașul și răz-bunătorul poate fi definitiv biruit. Vrăjmașul este numit răz-bunător pentru că el caută să răpească, după rugăciune, ceea ce rugătorii au dobândit în vreamea rugăciunii. Pentru o definitivă biruință e necesară rugăciunea neîncetată și o neîntreruptă priveghere asupra noastră înșine.

Pentru măreția și însemnătatea rugăciunii cu numele lui Iisus, David îi invită pe toți creștinii: „Lăudați pe Domnul! Lăudați numele Lui! Fie numele Domnului binecuvântat de acum și până în veac. De la răsărit până la apus, numele Domnului să fie preaslăvit!” (Ps. 112, 1-2). „Aduceți Domnului slavă și cinste; aduceți Domnului slavă numelui Său; închinați-vă Domnului în curtea cea sfântă a Lui” (Ps. 28, 2); rugați-vă astfel încât în rugăciunile voastre să se ivească măreția numelui lui Iisus și, cu puterea Lui, să intrați în biserică

nefăcută de mână, în templul inimii, pentru ca să vă închinați în duh și adevăr; rugați-vă cu luare-aminte și neîncetat; rugați-vă cu frică și cutremur înaintea măreției numelui lui Iisus. Spre Tine să nădăjduiască — spre Iisus cel atotputernic și atotbun — cei ce cunosc numele Tău, după fericita lor experiență, căci nu ai părăsit pe cei ce Te caută pe Tine, Doamne! (Ps. 9, 10).

Numai cei săraci cu duhul, alipindu-se neîncetat prin rugăciune de Domnul, din cauza neîncetatei simțiri a sărăciei lor, sunt capabili să descopere în ei înșiși măreția numelui lui Iisus. „Nu se va întoarce cel smerit rușinat“ din stăruința sa în rugăciune, ci o va aduce în întregime lui Dumnezeu, fără să fie răpită de vreo ispitire. „Cel sărac și cel sărman să preamărească numele Tău“ (Ps. 73, 22). „Fericit bărbatul a cărui nădejde este numele Domnului și n-a privit la deșertăciuni și nebunii mincinoase“ (Ps. 39, 6). El nu va lua seama în vremea rugăciunii la lucrarea înșelătoare a grijilor și patimilor deșarte, care încearcă să spurce și să maimuțarească rugăciunea.

Vremea nopții ajută în chip deosebit, din pricina liniștii și întunericii, la lucrarea rugăciunii lui Iisus; noaptea se îndeletnicea marele nevoitor al rugăciunii, David, cu aducerea-aminte de Dumnezeu. „Adusu-mi-am aminte de numele Tău, Doamne“ spune el; noaptea își rânduia sufletul după dumnezeiasca rânduială și, dobândind

această rânduială, în timpul zilei următoare spune: „am păstrat legea Ta“ (Ps. 118, 55). „Noaptea, ne sfătuiește preacuviosul Grigorie Sinaitul, citându-l pe Sfântul Ioan Scărarul, rânduiește-ți mai multă vreme pentru rugăciune, și mai puțină pentru cântarea de psalmi“.

În lupta grea cu nevăzuții vrăjmași ai mântuirii noastre cea mai bună armă este rugăciunea lui Iisus. „Toate popoarele — popoare păgâne sunt numiți demonii cei mult vorbitori și cu multe curse — m-au împresurat, spune David, dar le voi zdrobi întru numele Domnului. Ele m-au înconjurat din toate părțile, dar eu întru numele Domnului le voi face fărâme. Inconjuratu-m-au ca albinele, dar se vor stinge ca un foc de spini; întru numele Domnului le voi nimici“ (Ps. 117, 10-12). Cu numele lui Iisus îi batem pe potrivnici, pentru că nici în cer, nici pe pământ, nu este o armă mai puternică. Cu ajutorul Tău, Doamne Iisuse, îi doborâm pe potrivnicii noștri și întru numele Tău îi nimicim pe cei ce se scoală împotriva noastră. Căci nu mă bizuiesc pe arcul meu și sabia mea nu poate să mă scape. Ci Tu ne faci biruitori asupra potrivnicilor noștri și faci de ocară pe cei ce ne urăsc; cu Tine, Doamne, ne lăudăm neîncetat și numele Tău îl preaslăvim de-a pururea (Ps. 43, 6-9). Mintea, biruind și izgonind pe vrăjmași cu numele lui Iisus, se alătură fericitelor duhuri, intră în templul inimii, templu până atunci închis pen-

tru ea, pentru adevărata slujire ce trebuie adusă lui Dumnezeu, cântând o cântare nouă, duhovnicească, cântând în chip tainic: „Lăuda-Te-voi, Doamne, cu toată inima mea, că ai auzit cuvintele gurii mele și înaintea îngerilor Îți voi cânta. Închinamă-mă-voi în locașul Tău cel sfânt și voi lăuda numele Tău, pentru mila și adevărul Tău; că ai mărit peste tot numele Tău. În orice zi Te voi chema, degrabă mă auzi! Sporește în sufletul meu puterea“ (Ps. 137, 1-3).

Proorocul David arată minunatele lucrări ale „numelui sfânt și înfricoșător“ (Ps. 110, 9) al lui Iisus. El este ca un leac despre care cel bolnav nu știe cum lucrează, dar pe care-l simte ca tămăduitor din vindecarea ce i-o aduce. Grație numelui lui Iisus, folosit în rugăciune, se pogoară la cel ce se roagă ajutorul lui Dumnezeu și i se dăruiește iertarea păcatelor; din această pricină Proorocul David, punând în fața lui Dumnezeu starea sufletului gol și sărac al fiecărui om, pricinuită de viața păcătoasă, Îl roagă în numele tuturor oamenilor să-i miluiască, spunând: „Ajută-ne nouă, Dumnezeule, Mântuitorul nostru, pentru slava numelui Tău; izbăvește-ne și curățește păcatele noastre pentru numele Tău“ (Ps. 78, 9). Pentru numele Domnului este auzită rugăciunea noastră și ni se dăruiește mântuirea; pe temeiul acestei încredințări, din nou se roagă David: „Dumnezeule, ascultă rugăciunea mea, ia aminte la graiu-

„rile gurii mele“ (Ps. 55, 3-4). Cu puterea numelui lui Iisus se eliberează mintea de îndoială, se întărește voința, se dobândește râvnă și multe alte însușiri sufletești; numai gândurile și simțămintele plăcute lui Dumnezeu, numai gândurile și simțămintele care aparțin firii omenești nestricate, numai unor asemenea gânduri și simțăminte li se îngăduie să se miște în suflet; în el nu mai este loc pentru gânduri și simțăminte străine: „căci Dumnezeu va mântui Sionul și va zidi cetățile lui Iuda; și se vor sălășlui în ele și le vor stăpâni. Și neamul slujitorilor Lui moșteni-le-va și cei ce iubesc numele Lui vor locui acolo“ (Ps. 68, 39-40).

În numele Domnului Iisus se dăruiește înviere sufletului omorât de păcat. Domnul Iisus Hristos este viața (In. 11, 25) și numele Lui este viu, căci El dă viață celor ce strigă către izvorul vieții, către Domnul Iisus Hristos. „Pentru numele Tău, Doamne, dăruiește-mi viață. Întru dreptatea Ta scoate din necaz sufletul meu“ (Ps. 142, 11). „Și nu ne vom depărta de la Tine! Dă-ne nouă viață, ca să chemăm numele Tău“ (Ps. 79, 19). Când prin puterea și lucrarea numelui lui Iisus va fi auzită rugăciunea noastră, când se va pogori ajutorul dumnezeiesc către om, când vrăjmașii vor fi respinși și se vor depărta de el, când omul se va învrednici de iertarea păcatelor, când va fi vindecat și se va reîntoarce spre starea firii nestricate, când duhul lui va fi restabilit în toată puterea sa,

atunci va urma primirea, în numele Domnului, a darurilor pline de har, a bogăției duhovnicești și a comorii, zălogul fericirii veșnice, „căci Tu, Dumnezeule, ascultă rugăciunile mele și dai moștenirea cuvenită celor ce cinstesc numele Tău. Adaugă zile multe la zilele împăratului; anii lui să fie din neam în neam. Rămână împărat în vecii vecilor înaintea lui Dumnezeu” (Ps. 60, 5-6). Atunci omul se face vrednic „să cânte Domnului cântare nouă”. El este scos din rândul celor trupești și firești și se numără cu oamenii duhovnicești și laudă pe Dumnezeu „în biserica preacuvioșilor”. Duhul Sfânt, care până acum îl chema și îl trezea numai către plâns și pocăință, îl cheamă „să se bucure Israel de Făcătorul său; veselească-se fiii Sionului de Împăratul lor. Să laude numele Lui în horă; în timpane și în psaltire să-I cânte numele” (Ps. 149, 1-3), pentru că, odată cu înnoirea sufletului, puterile lui, orânduite și armonizate în chip minunat, pot, când se atinge de ele darul dumnezeiesc, să scoată sunete și glasuri duhovnicești, care se urcă la ceruri, în fața altarului lui Dumnezeu, ca unele ce sunt bine plăcute lui Dumnezeu.

„Întărește inima mea ca să se teamă de numele Tău! Mărturisi-Te-voi, Doamne, Dumnezeul meu, din tot cugetul meu și de-a pururi voi slăvi numele Tău. Căci este mare mila Ta spre mine și ai mântuit sufletul meu din adâncurile împărăției

morții" (Ps. 85, 10-13). „Cei drepti vor preamări numele Tău și cei cu cugetul curat sta-vor în fața Ta" (Ps. 139, 13), pentru că, după ce vor fi izgo-niți vrăjmașii — cei care pricinuiesc risipirea, care slăbesc și pângăresc rugăciunea —, mintea intră în întunericul lipsit de orice vedere și stă în fața lui Dumnezeu fără nici o mijlocire. Întunericul gândit este acel acoperământ, acea perdea cu care este acoperită fața lui Dumnezeu. Acest acoperământ arată imposibilitatea minții creaturilor de a-L ajunge pe Dumnezeu. Lucrarea plină de dar a rugăciunii lui Iisus la creștinul înaintat este zugrăvită de David astfel: „Binecuvântează, suflete al meu, pe Domnul și toate cele din lăuntrul meu numele cel sfânt al Lui" (Ps. 102, 1). Într-o deplină lucrare a rugăciunii lui Iisus participă toate puterile sufletului și însuși trupul. Proorocul David, sau mai exact Duhul Sfânt prin gura lui David, dăruiește tuturor creștinilor, fără excepție, îndelungătura cu rugăciunea lui Iisus: „Împărați ai pământului și voi, popoare toate câte sunteți, voi, căpetenii, și voi, judecători ai lumii, tineri și fecioare, bătrâni și copii! Lăudați cu toții numele Domnului, căci numai numele Lui este preaînalt. Măreția lui covârșește cerul și pământul" (Ps. 148, 11-13). A înțelege în sens literal spusele psalmului nu este o greșală, dar adevărata lui semnificație este una duhovnicească. Prin cuvântul oameni (popoare) se numesc toți creștinii; prin cu-

vântul împărați, creștinii care s-au învrednicit să primească desăvârșirea; prin cuvântul căpetenii, cei ce au ajuns la o foarte mare sporire; judecători sunt numiți cei care încă nu au dobândit stăpânire asupra lor înșiși, ci, cunoscând Legea Domnului, pot deosebi binele de rău și, după indicațiile și cerințele Legii Domnului, stăruie în bine, respingând răul. Fecioară înseamnă o inimă nepătimașă, deschisă pentru rugăciune. Bătrânii și copiii închipuiesc treptele sporirii în lucrare, care se deosebesc foarte mult de treptele sporirii prin lucrarea harului, cu toate că prima este și ea de mare preț; cel ce a atins desăvârșirea în lucrarea evlavioasă este numit bătrân și este făcut, în desăvârșita pogorâre a harului, împărat.

Printre însușirile neajunse și minunate ale numelui lui Iisus se găsește însușirea și puterea de a izgoni draci, pe care o vestește însuși Domnul. El a spus că cei ce cred în El, în numele Lui draci vor scoate (Mc. 16, 17). Trebuie să dăm o deosebită atenție acestei însușiri a numelui lui Iisus, pentru că ea este foarte importantă pentru cei ce se îndeletnicesc cu rugăciunea lui Iisus. Mai întâi este nevoie să spunem câteva cuvinte despre petrecerea demonilor în oameni. Această sălășluire este de două feluri: una se poate numi simțită, iar alta morală. Satana sălășluiește în chip simțit în om, când locuiește cu ființa lui în trupul omului și când chinuiește și trupul și sufletul. În felul

acesta în om poate trăi un demon, dar și mai mulți. Atunci omul se numește demonizat. Din Evanghelie se vede că Domnul vindecă demonizați; în același chip îi vindecau și ucenicii Domnului, izgonind pe demoni din oameni cu numele Domnului. În chip moral satana petrece în om când omul se face împlinitorul voii diavolului. În felul acesta „a intrat Satana” (In. 8, 27) în Iuda, adică a pus stăpânire pe mintea și voia lui, s-a unit cu el în duh. În această stare au fost și se află toți cei ce nu cred în Hristos, cum spune și Sfântul Apostol Pavel către cei care trecuseră la creștinism dintre păgâni: „Iar pe voi v-a făcut vii, cei ce erați morți prin greșalele și prin păcatele voastre, în care ați umblat mai înainte..., potrivit stăpânitorului puterilor văzduhului, a duhului care lucrează acum în fiii răzvrătirii. Între care și noi toți am petrecut odinioară, după poftele trupului nostru, făcând voile cărnii și ale simțurilor și, din fire, eram fiii mâniei ca și ceilalți” (Ef. 2, 1-3). În această stare se află, mai mult sau mai puțin, ținând seama de gradul lor de păcătoșenie, toți cei ce s-au botezat în Hristos, dar care s-au înstrăinat de El prin păcate. Astfel înțeleg Sfinții Părinți cuvintele lui Hristos despre întoarcerea diavolului cu alte șapte dhuri mai cumplite în templul sufletesc din care s-a depărtat Sfântul Duh (Mt. 12, 43-45). Duhurile care intră în acest chip pot fi din nou izgonite prin rugăciunea lui Iisus, dacă viețuim în neconțință și plină de grijă pocăință.

Să începem deci nevoința care e atât de mântuitoare pentru noi. Să ne îngrijim să izgonim duhurile intrate în noi, din pricina neglijenței noastre, prin rugăciunea lui Iisus. Ea are însușirea să învie pe cei omorâți de păcat, ea are însușirea de a-i izgoni pe demoni. „Eu sunt — a spus Mântuitorul — învierea și viața; cel ce crede în Mine, chiar de va muri, viu va fi” (In. 11, 25). „Iar celor ce vor crede, le vor urma aceste semne: în numele Meu demoni vor izgoni” (Mc. 16, 17). Rugăciunea lui Iisus mai întâi descoperă prezența demonilor în om și apoi îi izgonește. În timpul acesta se săvârșește ceva asemănător cu ceea ce s-a săvârșit în vremea izgonirii demonului din copilul îndrăcit, după schimbarea la față a Domnului. Când l-a văzut pe Domnul, „duhul l-a zguduit pe copil și, căzând la pământ, se zvârcolea și spumega”. Când Domnul i-a poruncit să iasă din copil, duhul răcnind și zguduindu-l cu putere, acesta „a rămas ca mort” (Mc. 9, 17-27), din pricina răutății și a cumplitei agitații produse la ieșirea duhului.

Puterea satanei care sălășluiește în om în vremea vieții lui risipite, pe care el nu o observă și nu o înțelege, când aude numele Domnului Iisus, cheamat de cel ce se roagă, începe să se clatine. Atunci el atâță în om toate patimile, căutând să-l înspăimânte cu dureri ciudate și cumplite. În acest sens a spus preacuviosul Ioan Pro-

orocul: „Nouă, neputincioșilor, nu ne rămâne decât să alergăm la numele lui Iisus, căci patimile, cum s-a spus, sunt în fond demoni și ies prin chemarea acestui nume“. Aceasta arată că lucrarea patimilor și a demonilor sunt legate între ele, căci demonii lucrează prin mijlocirea patimilor. Când în vremea rugăciunii lui Iisus vom simți o deosebită tulburare și fierbere a patimilor, să nu cădem în deznădejde și în tulburare din această pricină. Dimpotrivă, să ne îmbărbătăm și să ne pregătim pentru nevoia mai puternică cu rugăciunea Domnului Iisus, ca unii ce am primit un semn vădit că ea a început să producă în noi lucrarea care îi este proprie. Sfântul Ioan Gură de Aur spune: „Pomenirea numelui Domnului nostru Iisus Hristos îl ațâță la luptă pe vrăjmaș. Căci sufletul ce se silește în rugăciunea lui Iisus poate dobândi totul prin această rugăciune, și binele și răul. Mai întâi, el poate vedea răul din lăuntrul inimii sale, și apoi binele. Această rugăciune îl poate pune în mișcare pe balaur și această rugăciune îl poate smeri. Această rugăciune poate da pe față păcatul care trăiește în noi și această rugăciune îl poate nimici. Această rugăciune poate pune în mișcare toată puterea vrăjmașului în inimă și această rugăciune o poate birui și smulge încetul cu încetul. Numele Domnului nostru Iisus Hristos, coborându-se în adâncul inimii, smerește pe balaurul ce are stăpânire peste ea, iar pe su-

flet îl mântuiește și îi dă viață. Stăruie neîncetat întru numele Domnului Iisus, ca inima să înghită pe Domnul și Domnul să înghită inima și acestea două să fie una. Dar acest lucru nu se săvârșește într-o zi sau două, ci cere timp îndelungat. E nevoie de multă vreme și nevoință pentru ca vrăjmașul să fie izgonit și să se sălășluiască Hristos“.

De aceeași lucrare ne vorbește și spre ea ne îndrumă și Cuviosul Macarie Egipteanul în Cuvântul său despre paza inimii: „Apropie-te, omule, cu tăria judecății tale de mintea ta cea prinsă și robită de păcat și cercetează latura cea mai de jos a minții și latura cea mai adâncă a judecăților tale... (și vei vedea) pe șarpele care se târăște și se cuibărește acolo, pe cel ce te-a ucis, otrăvind măduarele sufletului tău. Abis necuprins este inima ta. Dacă vei uide șarpele acela, numai atunci să te lauzi înaintea lui Dumnezeu cu curăția ta, iar de nu, atunci smerește-te și, ca un neputincios și păcătos, să te rogi lui Dumnezeu pentru cele ascunse ale tale“. Același mare plăcut al lui Dumnezeu spune: „Împărăția întunericului, stăpânitorul cel viclean a robit pe om de la început; robindu-l, i-a îmbrăcat și înfășurat sufletul cu puterea întunericului... stăpânitorul cel viclean a îmbrăcat sufletul ca și toată ființa lui cu păcatul, l-a pângărit și l-a făcut în întregime rob împărăției sale. Nu i-a lăsat nici un mădular liber; nici cugetele, nici mintea, nici trupul, ci l-a îmbrăcat pe el cu

hlamida întunericului... Pe om în întregime — trup și suflet — l-a surpat și l-a întinat cel viclean... l-a îmbrăcat cu un om vechi întinat și necurat, dușman al lui Dumnezeu și nesupus legilor Lui; l-a îmbrăcat cu păcatul, pentru ca omul să nu mai vadă precum se cuvine, ci să vadă și să audă rău; să aibă picioare grabnice spre rău; mâini care să lucreze nelegiuirea și inimă care să cugete cele viclene. Să rugăm deci pe Dumnezeu să ne dezbrace de omul cel vechi, pentru că numai El poate să îndepărteze păcatul de la noi. Căci sunt puternici cei care ne-au robit... iar El ne-a făgăduit mântuirea.“

Pe baza cunoașterii acestor lucruri, Sfinții Părinți dau celor ce se îndeletnicesc cu rugăciunea lui Iisus următoarea îndrumare mântuitoare de suflet: „Sufletul, de nu se va îndurera într-o măsură foarte mare cu privire la neputința de a se dezlega de păcat, nu se va putea bucura din belșug de bunătatea dreptei judecăți. Cel ce dorește să-și curețe inima, să și-o aprindă neîncetat cu aducerea-aminte de Domnul Iisus, având numai această aducere-aminte drept învățătură și lucrare necurmată. Cei ce vor să se lepede de vechiul om, nu trebuie ca uneori să se roage, iar alteori nu, ci să petreacă neîncetat în rugăciune, prin paza minții, chiar dacă s-ar găsi în afara bisericii. Cei ce vor să curețe aurul, dacă vor lăsa, chiar pe un timp scurt, să se stingă focul în cuptor, atunci

produc din nou o întărire în materia ce se curăță; tot astfel, cel ce uneori își aduce aminte de Dumnezeu, iar alteori nu, pierde prin trândăvie ceea ce pare că dobândește prin rugăciune. Însușirea bărbatului iubitor de virtute este să topească mereu ceea ce e pământesc în inimă prin aducerea-aminte de Dumnezeu, pentru ca în felul acesta răul să se mistuie încetul cu încetul prin focul aducerii-aminte de Cel bun și pentru ca sufletul să se întoarcă cu desăvârșire în fireasca lui stare de lumină și slavă?". În felul acesta, mintea, petrecând în inimă, se roagă curat și fără înșelare, după cum a spus același sfânt Diadoh: „Rugăciunea numai atunci este adevărată și neînșelată, când mintea, în timp ce se roagă, este unită cu inima“. Să nu ne înspăimântăm, noi, cei ce am pus în lucrare rugăciunea lui Iisus, nici de vânturi, nici de tulburări! Numesc vânturi, gândurile și închipuirile drăcești, iar tulburări, învâlmășeala patimilor trezite de gânduri și de închipuiri. Din mijlocul furtunii sălbatice vom striga stăruitor, bărbătește și cu lacrimi către Domnul Iisus Hristos, căci El va opri vânturile și valurile, iar noi, cunoscând din experiența noastră atotputernicia lui Iisus, îi vom da închinarea ce I se cuvine, grăind: „Cu adevărat ești Fiul lui Dumnezeu“ (Mt. 14, 33).

Noi ne luptăm pentru mântuirea noastră. De biruința sau de înfrângerea noastră atârnă soarta noastră veșnică. „Atunci, spune Cuviosul Simeon

Noul Teolog, — adică în timpul exercițiului cu rugăciunea lui Iisus — este luptă; demonii vicleni se războiesc cu mare tulburare, produc prin lucrarea patimilor învălmășeală și furtună în inimă, dar prin numele lui Iisus Hristos se istovesc și se nimicesc ca ceara de la fața focului?“. Iarăși: „Când ei sunt alungați și se retrag din inimă, ei nu încetează războiul, ci tulbură mintea prin simțirile din afară. Din această pricină mintea nu începe prea curând să simtă liniștea și tăcerea în sine, pentru că demonii, când nu au puterea să tulbure mintea în adânc, atunci o tulbură din afară prin închipuiri. Și de aceea este cu neputință să ne eliberăm pe deplin de război și să nu fim luptați de duhurile viclene. Aceasta este însușirea celor desăvârșiți și a celor ce s-au depărtat pe deplin de la toate și petrec neconținut în paza inimii“. La început, însăși lucrarea ei se face cu o neobișnuită uscăciune, care nu făgăduiește nici un rod. Mintea, silindu-se să se unească cu inima, dă mai întâi de un întuneric de nepătruns, cunoaște împietrirea și chiar moartea inimii, care nu se trezește dintr-odată către consimțirea cu mintea. Acest lucru nu trebuie să-l ducă pe cel ce se roagă la deznădejde și împruținare de suflet, ci toate acestea se amintesc aici pentru ca el să fie prevăzător și atent. Nevoitorul răbdător și plin de grijă va fi negreșit mulțumit și mângâiat și se va bucura de nesfârșitul belșug al unor roade de

care el nici nu-și poate da seama în starea lui trupească și sufletească.

În lucrarea rugăciunii lui Iisus există anumite trepte. Mai întâi ea lucrează numai asupra minții, aducând-o în stare de liniște și de atenție, apoi începe să pătrundă în inimă, trezind-o din starea de moarte și dându-i drept semn de viață apariția sentimentului de umilință și a plânsului. Adâncindu-se și mai mult, ea începe încet-încet să lucreze în toate măduarele trupului, izgonind păcatul de pretudindeni, nimicind stăpânirea, influența și otrava demonilor. Din această cauză, la începutul lucrării rugăciunii lui Iisus „se petrece o zdrobire negrăită și o durere nespusă în suflet“, spune preacuviosul Grigorie Sinaitul. Sufletul este îndurerat, ca unul ce este în suferință și cuprins de durerile nașterii, potrivit Scripturii (Sir. 48, 21), „căci cuvântul lui Dumnezeu e viu și lucrător, mai ascuțit decât orice sabie cu două tăișuri“, adică Iisus intră — cum mărturisește Apostolul — „și pătrunde până la despărțitura dintre suflet și duh, dintre încheieturi și măduvă și destoinic este să judece simțirile și cugetările inimii“ (Evr. 4, 12), distrugând păcătoșenia din toate părțile sufletului și trupului.

Când cei 70 de ucenici, trimiși de Domnul la predicare, s-au întors la El după ce au săvârșit slujirea cu care au fost însărcinați, i-au vestit cu bucurie Domnului: „Doamne, și demonii ni se

supun întru numele Tău" (Lc. 10, 17). O, cât de îndreptătită era această bucurie! Cât de întemeiată a fost ea! Mai mult de cinci mii de ani a domnit diavolul asupra oamenilor, luîndu-i în robie și înrudindu-se cu ei prin mijlocirea păcatului, iar acum aude numele lui Iisus și se supune oamenilor care până acum i se supuneau lui, este legat de cei ce erau legați de el, este călcat de cei ce erau călcați de el. Drept răspuns, Domnul a spus ucenicilor care se bucurau de căderea puterii demonilor asupra oamenilor și de dobîndirea puterii oamenilor asupra demonilor: „Iată, datu-v-am vouă putere să călcați peste șerpi și peste scorpii și peste toată puterea vrăjmașului și nimic nu vă va aduce vătămare" (Lc. 10, 19). Ne este dată puterea, dar e pusă înaintea libertatea de a ne folosi de putere, și de a călca peste șerpi și scorpii, sau de a neglija darul și a ne supune de bunăvoie lor. Sub numele de șerpi, Sfinții Părinți înțeleg faptele vădit păcătoase, iar sub numele de scorpii înțeleg faptele ce sunt acoperite pe deasupra cu nestrăciune și chiar cu binele. Puterea dată de Domnul celor 70 de ucenici este dată tuturor creștinilor (Mc. 16, 17). Creștine, folosește-te de ea! Taie cu numele lui Iisus capetele, adică începuturile păcatelor ce se ivesc în gânduri, ale închipuirilor și simțirilor; nimicește în tine stăpânirea pe care diavolul o are asupra ta; distruge toate înrâuririle lui asupra ta; dobîndește libertatea

duhovnicească. Drept temelie pentru nevoința ta ai darul sfântului botez; drept armă ai rugăciunea cu numele lui Iisus. Domnul, dăruind ucenicilor Săi puterea de a călca peste șerpi și scorpii, a adăugat: „Dar nu vă bucurați de aceasta, că duhurile se pleacă vouă, ci vă bucurați că numele voastre sunt scrise în ceruri“ (Lc. 10, 20). Nu vă bucurați, zice fericitul Teofilact, atât de faptul că demonii vi se supun, cât de faptul că numele voastre sunt scrise în ceruri nu cu cerneală, ci cu dumnezeiescul dar și dumnezeiasca aducere-aminte, cu rugăciunea lui Iisus. Aceasta este însușirea rugăciunii lui Iisus: ea ridică de pe pământ la cer pe lucrătorul ei și îl numără cu locuitorii cerului. Petrecerea cu mintea și cu inima în cer și în Dumnezeu — iată adevăratul rod, iată scopul rugăciunii; respingerea și călcarea vrăjmașilor care lucrează împotriva atingerii scopului este un lucru secundar și nu trebuie să atragă spre sine toată luarea-aminte, pentru ca nu cumva prin conștiința și vederea biruinței să lași să pătrundă cugetări înalte și părerea de sine și să nu suferi o groaznică înfrângere tocmai pe seama biruinței.

Mai departe, citim în Evanghelie: „În acel ceas, El s-a bucurat în Duhul Sfânt și a zis: Te slăvesc pe Tine, Părinte, Doamne al cerului și al pământului, că ai ascuns acestea de cei înțelepți și de cei pricepuți și le-ai descoperit pruncilor. Așa, Părinte, căci așa a fost înaintea Ta, bunăvoința

Ta. Toate mi-au fost date de către Tatăl Meu și nimeni nu cunoaște cum este Fiul, decât numai Tatăl, și cine este Tatăl, decât numai Fiul și căruia voiește Fiul să-i descopere" (Lc. 10, 21-22). Se bucură Domnul cu nemărginita bucurie a lui Dumnezeu pentru sporirea oamenilor; vestește că tainele credinței creștine se descoperă nu înțelepților și celor mari ai lumii, ci copiilor, celor simpli din punct de vedere social, cum erau ucenicii Domnului, luați din rândul poporului de jos, neînvățați, fără știință de carte. Ca să fim ucenicii Domnului trebuie să devenim copii și să primim învățătura Lui cu simplitatea și dragostea copilului. Iar cei ce s-au făcut ucenicii Domnului primesc învățături de taină, descoperă că Fiul, în pofida firii omenеști asumate de El, este mai presus de orice treaptă la care ar putea ajunge făpturile raționale. Mai presus de treapta unde ar putea ajunge ei este și sfântul Său nume. Să primim învățătura numelui lui Iisus cu simplitatea și încrederea copiilor; cu simplitatea și cu încrederea copiilor să ne apucăm de lucrarea acestei rugăciuni. Și Dumnezeu însuși, care cunoaște pe deplin taina ei, ne-o va dezvălui pe măsura nevoinței și sporirii noastre. Să-L bucurăm pe Dumnezeu cu truda și cu sporul nostru în slujirea pe care ne-a dat-o și ne-a poruncit-o nouă.

Rugăciunea lui Iisus a fost pentru creștinii din primele veacuri o îndeletnicire generală, după

cum am spus mai sus. Nici nu putea fi altfel. Cu numele Domnului Iisus Hristos se săvârșeau semne surprinzătoare în fața întregii comunități creștine, lucru care îndemna toată comunitatea să nutrească credința în nemărginita putere a numelui lui Iisus. Cei sporiți înțelegeau această putere din înaintarea lor. Despre această putere, care lucra din belșug în sfinții lui Dumnezeu, preacuviosul Varsanufie cel Mare vorbea astfel: „Cunosc un rob al lui Dumnezeu din neamul nostru, în timpul de față și în acest loc binecuvântat, care poate învia și morții în numele Stăpânului nostru Iisus Hristos, care poate izgoni demonii și să vindece boli de nevindecat și să facă alte minuni nu mai mici decât cele ale apostolilor, după cum mărturisește Cel ce i-a dat darul sau, ca să spun mai exact, darurile. Dar ce înseamnă toate acestea în comparație cu cele ce se pot face în numele lui Iisus!“ Având minunile Lui în fața ochilor, în memorie îndemnul Domnului, în inimă o înflăcărată dragoste pentru El, credincioșii din Biserica primară se îndeletniceau mereu, cu grijă, cu o râvnă de foc asemănătoare Heruvimilor și Serafimilor, cu chemarea în rugăciune a numelui lui Iisus. Așa este dragostea! Ea își aduce aminte neîncetat de cel iubit; ea se îndulcește mereu cu numele celui iubit; ea îl păstrează în inimă, îl are în minte și în gură. Numele Domnului este mai mare decât orice nume; el este un izvor de dul-

ceață, un izvor de bucurie, un izvor de viață; el este Duhul; el dă viață, preface, îndreaptă, îndumnezeiește. Pentru cei ce nu știu carte el înlocuiește, oferind aceeași mulțumire și satisfacție, rugăciunile citite și cântările de psalmi; iar cei ce știu carte, sporind în rugăciunea lui Iisus, lasă feluritele cântări de psalmi și se dedică cu totul rugăciunii lui Iisus, datorită puterilor și hranei prezente în ea. Toate acestea se văd din scrierile și așezămintele Sfinților Părinți. Biserica de Răsărit pune în fața celor neștiutori de carte, în locul tuturor rugăciunilor care se găsesc în cărți, rugăciunea lui Iisus, nu ca pe un lucru nou, ci ca pe o îndeletnicire cunoscută îndeobște. Aceste așezăminte, împreună cu alte predanii ale Bisericii de Răsărit, au trecut din țară în țară și mulți oameni simpli, cu puțină știință de carte, s-au hrănit cu puterea rugăciunii lui Iisus întru mântuirea lor și viața veșnică, mulți au ajuns la un mare spor duhovnicesc.

Sfântul Ioan Gură de Aur, sfătuind să ne îndeletnicim cu luarea-aminte și neconținut cu rugăciunea lui Iisus (mai ales pe monahi), vorbește despre ea ca despre un lucru îndeobște cunoscut. „Și la noi, spune el, se află exorcisme duhovnicești, care sunt numele Domnului nostru Iisus Hristos și puterea crucii. Aceste exorcisme nu numai că alungă pe balaur din vizuina lui și îl aruncă în foc, ci chiar vindecă rănilor pricinuite de el.

Iar dacă mulți au rostit acest exorcism și nu s-au vindecat, acest lucru s-a petrecut din pricina necredinței lor, iar nu din pricina lipsei de putere a celor rostite. Mulți dintre oameni, cu toate că umblau mereu în urma lui Hristos și se înghesuiau în jurul Lui, n-au primit nici un folos, pe câtă vreme femeia ce avea scurgere, care s-a atins nu de trupul, ci de marginea îmbrăcămintei Lui, a fost vindecată și i s-a oprit curgerea sângelui atât de îndelungată. Numele lui Iisus Hristos este înspăimântător pentru demoni, pentru patimile sufletești și pentru neputințe. Cu el să ne împodobim, cu el să ne îngrădim. Cu el și Apostolul Pavel a devenit mare, deși a fost de aceeași fire cu noi“.

Îngerul lui Dumnezeu i-a dat o pravilă de rugăciune preacuviosului Pahomie cel Mare pentru obștea de monahi care era sub conducerea lui. Călugării supuși conducerii duhovnicești a preacuviosului Pahomie trebuiau să săvârșească pravila în fiecare ceas; erau scutiți de îndeplinirea pravilei numai cei ajunși la desăvârșire și la rugăciunea neîncetată care este unită cu ea. Pravila dată de înger era alcătuită din „Sfinte Dumnezeule“, rugăciunea Domnului (Tatăl Nostru), Psalmul 50, Simbolul de credință și o sută de rugăciuni ale lui Iisus. În pravilă se vorbește de rugăciunea lui Iisus la fel ca și despre rugăciunea Domnului, ca de una ce era îndeobște cunoscută și îndeobște întrebuințată. Preacuviosul Varsanufie cel Mare

istorisește că monahii unui schit din Egipt se îndeletniceau cu rugăciunea, ceea ce se vede și din viața preacuviosului Pamvo, călugăr și avvă din muntele Nitriei, nu departe de schit, în care, asemenea celor din schit, monahii duceau o viață de liniște. Dintre plăcuții lui Dumnezeu amintiți în acest cuvânt, sfinții care s-au îndeletnicit sau au scris despre rugăciunea lui Iisus sunt: Sfântul Ignatie Teoforul, care a trăit în Antiohia și a murit la Roma; Sfântul mucenic Calistrat, care s-a născut și a trăit în Cartagina; preacuviosul Pahomie cel Mare, care a trăit în Egiptul de Sus; monahii din schit și din Nitria, ca și preacuviosul Isaia, care au trăit în Egiptul de Jos; Sfântul Ioan Gură de Aur, care a trăit în Antiohia și în Constantinopol; Sfântul Vasile cel Mare — în jumătatea de răsărit a Asiei Mici, în Capadocia; Sfântul Varsanufie cel Mare — în împrejurimile Ierusalimului; Sfântul Ioan Scărarul, pe muntele Sinai și un timp în Egiptul de Jos, aproape de Alexandria. Din aceasta se vede că rugăciunea cu numele Domnului Iisus a fost peste tot îndeobște folosită în Biserica universală.

Afară de Părinții amintiți, au mai scris despre rugăciunea lui Iisus cei ce urmează: preacuviosul Isihie, prezbiter din Ierusalim, ucenicul Sfântului Grigorie Teologul, un scriitor din secolul al V-lea, care deja se plânge că monahii au părăsit îndeletnicirea cu rugăciunea lui Iisus și cu trezvia; prea-

cuvioșii: Filotei Sinaitul, Simeon Noul Teolog, Grigorie Sinaitul, Teolipt al Filadelfiei, Grigorie Palama, Calist și Ignatie din Xantopol și mulți alții. Scrierile lor în cea mai mare parte sunt cuprinse în culegerea din scrierile Sfinților Părinți, numită Filocalie. La Părinții ruși scrieri cu privire la ea se află la preacuviosul Nil Sorschi, la călugărul sfințit Dorotei, arhimandritul Paisie Velicovschi, schimonahul Vasile din Poiana Mărului și la ieromonahul Serafim din Sarov. Toate scrierile Părinților amintiți sunt vrednice de un adânc respect pentru darul și cugetarea duhovnicească care respiră din ele din belșug; dar scrierile Părinților ruși, pentru expunerea clară și simplă, pentru marea apropiere în timp de noi, sunt mai accesibile decât scrierile luminătorilor greci. Mai ales scrierile starețului Vasile trebuie să fie cartea de căpătâi a celui ce dorește, în vremea noastră, să se ocupe cu rugăciunea lui Iisus, pentru însemnătatea ei. Starețul și-a numit scrierile cuvinte înainte, predoslovii, sau călăuze care pregătesc spre citirea Părinților greci. Este foarte bună cartea preacuviosului Nil Sorschi. Citirea ei trebuie de asemenea să premeargă abordării scriitorilor greci; ea trimite constant la ele și, lămurindu-le, pregătește lectura și dreapta înțelegere a acestor sfinți dascăli, adânc cugetători, care nu arareori sunt retori, filosofi, poeți. Toate lucrările Sfinților Părinți în genere despre viața monahală și îndeo-

sebi despre rugăciunea lui Iisus prezintă pentru noi, monahii, o neprețuită comoară.

Încă în timpurile preacuviosului Nil Sorschi, cu trei veacuri în urmă, vasele vii ale darului dumnezeiesc erau foarte rare, „sărăcit-au foarte“ — după expresia lui. Acum ele sunt atât de rare, încât se poate spune fără a greși că nu există. Doar din mila lui Dumnezeu poate cineva, după ce și-a topit sufletul și trupul în viața monahală, spre sfârșitul acestei vieți să găsească pe neașteptate, undeva, într-un loc ascuns, un vas ales de Dumnezeu, Care nu caută la fața omului, un vas zdrobit în fața ochilor oamenilor, dar înălțat și proslăvit de Dumnezeu. Așa a găsit Zosima pe marea Maria Egipteanca în pustia de peste Iordan, nelocuită de oameni, când nu mai avea nici o speranță să întâlnească vreun pustnic.

Din pricina sărăciei depline în ce privește îndrumătorii duhovnicești, cărțile Părinților constituie singurul izvor către care se poate îndrepta sufletul chinuit de foame și de sete duhovnicească. Aceste cărți sunt cea mai prețioasă moștenire lăsată de Sfinții Părinți urmașilor lor călugări, adică nouă, cerșetorilor. Aceste cărți sunt firimiturile căzute în mâinile noastre, care sunt partea noastră, firimiturile căzute de la masa duhovnicească a Părinților, bogați în daruri duhovnicești. Este de remarcat că vremea scrierii celor mai multe cărți cu privire la lucrarea minții coincide cu vremea

de deosebită sărăcie a lucrării minții în monahism. Preacuviosul Grigorie Sinaitul, trăitor în veacul al XIV-lea, când a sosit în muntele Athos, a găsit acolo printre miile de monahi numai trei care aveau o oarecare idee despre lucrarea minții. Către veacul al XIV-lea și al XV-lea majoritatea scrierilor se referă la rugăciunea lui Iisus. „Mișcați de inspirația tainică dumnezeiască, spune Paisie Velicicovschi, mulți Părinți au expus în cărți sfânta învățătură, plină de înțelepciunea Sfântului Duh, despre această dumnezeiască rugăciune a minții, pe temeiul scrierilor dumnezeiești ale Vechiului și Noului Testament. Aceasta s-a întâmplat după o specială pronie dumnezeiască pentru ca lucrarea dumnezeiască să nu ajungă la o desăvârșită și definitivă uitare“. Multe din aceste cărți, cu îngăduința lui Dumnezeu, pentru păcatele noastre, au fost distruse de mahomedanii care au cucerit împărăția greacă; altele, cu grija lui Dumnezeu, s-au păstrat până în zilele noastre.

Cea mai înaltă lucrare a minții este neobișnuit de simplă; pentru atingerea ei, nu este nevoie decât de simplitate și credință de copil. Dar noi am devenit atât de complicați, încât tocmai această simplitate este de neatinș, de neajuns. Noi vrem să fim înțelepți, vrem să-i dăm viață eului nostru, nu suferim lepădarea de sine, nu vrem să lucrăm cu credință. Din această cauză avem nevoie de un îndrumător care să ne scoată

din complexitatea noastră, din viclenia noastră, din şiretlicurile noastre, din slava noastră deşartă şi din părerea de sine, spre o credinţă cuprinzătoare şi simplă. Aşa se face că pe terenul lucrării minţii cel prunc în cugetul său poate ajunge la o sporire neobişnuită, iar înţeleptul răătăceşte calea şi cade în întunecoasa prăpastie a înşelării. „În anii de demult, spune Paisie Velicicovschi, prea sfânta lucrare a rugăciunii minţii lumina în multe locuri unde petreceau Sfinţii Părinţi şi pe atunci erau mulţi povăţuitori în această nevoie duhovnicească; de aceea înşişi Sfinţii Părinţi din acele vremuri, scriind despre ea, lămureau numai folosul negrăit, duhovnicesc, ce se dobândea prin ea, neavând, după cum cred, nevoie să scrie despre acea parte a lucrării care i se cuvine începătorului. În parte, ei scriau şi despre aceasta, lucru care apare foarte lămurit pentru cei ce au cunoştinţă despre această nevoie din experienţă; dar pentru cei ce nu o au, ea rămâne acoperită. Când unii din Părinţi au văzut că adevăraţii şi neînşelaţii îndrumători ai acestei lucrări au început să se împutineze tot mai mult, atunci, fiind mişcaţi de Duhul lui Dumnezeu, ca să nu sărăcească adevărata învăţătură despre începutul acestei rugăciuni a minţii, au pus în scris începutul şi metodele, cum trebuie să se deprindă începătorii să intre cu mintea în partea inimii, pentru ca acolo să săvârşească rugăciunea cu mintea în chip adevărat şi neînşelat“.

Am văzut că Proorocul David cheamă pe toți oamenii, fără excepție, către rugăciunea cu numele Domnului; și că prin așezământul Sfintei Biserici se hotărăște pentru toți neștiutorii de carte și pentru toți cei ce nu cunosc Sfânta Scriptură pe de rost să înlocuiască citirea rugăciunilor și cântările de psalmi cu rugăciunea lui Iisus. Sfântul Simeon, episcopul Tesalonicului, poruncește și sfătuiește pe arhieri, pe preoți, pe toți monahii și pe mireni să rostească în orice vreme și în orice ceas această sfântă rugăciune, având-o ca pe o respirație a vieții; în momentul tunderii în monahism, când celui tuns i se înmânează mătăniile, cel ce îl tunde îi zice: „Primește, frate, sabia duhovnicească care este cuvântul lui Dumnezeu, pe care să-l porți în gura ta, în minte și în inimă, grăind neîncetat: „Doamne Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu, miluiește-mă“. Preacuviosul Nil Sorschi învață că: „aducerea-aminte de Dumnezeu, adică rugăciunea minții, este mai presus de orice lucrare, este capul faptelor bune, ca dragostea lui Dumnezeu. Cine va voi să intre la Dumnezeu fără rușine și cu cutezanță și să vorbească cu El curat, cine se silește să-L dobândească în sine, acela este foarte ușor omorât de demoni, dacă le va fi îngăduit, ca unul ce a căutat să atingă acest lucru cu cutezanță și cu mândrie, mai presus de vrednicia și pregătirea lui“. La prima vedere, îndemnul preacuviosului Nil poate să apară în con-

tradiție cu legiuirea Sfintei Scripturi, cu Sfinții părinți și cu tradiția Bisericii. Numai că aici e vorba de rugăciunea lui Iisus în treapta ei cea mai înaltă. În rest, toți creștinii pot și trebuie să se îndeleitnicească cu rugăciunea lui Iisus, în vederea pocăinței și chemării Domnului în ajutor, cu frica lui Dumnezeu și cu credință, cu cea mai mare luare-aminte la ideile și cuvintele rugăciunii, cu duhul zdrobit; dar nu tuturor le este îngăduit să se apropie de lucrarea sfântă a rugăciunii minții care se săvârșește în cămara inimii. Cu primul fel de rugăciune însă pot și trebuie să se ocupe nu numai monahii, care trăiesc în mănăstiri și sunt ocupați cu ascultările, ci și mireni.

O asemenea rugăciune, săvârșită cu luare-aminte, se poate numi și a minții și a inimii, ca una ce se săvârșește adesea cu mintea, și în lucrătorii sporiti întotdeauna cu participarea inimii, care se vedește prin simțirea plânsului și prin lacrimi din pricina umilinței. Sfânta lucrare a rugăciunii minții în inimă cere un exercițiu premergător cu primul fel de rugăciune, cere o înaintare mulțumitoare în această rugăciune. Darul lui Dumnezeu îl trece, de la sine și la un anumit timp, atunci când binevoiește, pe nevoitorul rugăciunii, de la primul fel de rugăciune la al doilea. Dacă Dumnezeu binevoiește să-l lase pe nevoitor în rugăciune de pocăință, atunci să rămână în ea și să nu caute o stare mai înaltă, având

convingerea puternică că ea nu se dobândește prin silințele omenești, ci se dăruiește de Dumnezeu. Petrecerea în pocăință este garanția mântuirii. Să fim mulțumiți cu această stare; să nu căutăm o stare mai înaltă. O astfel de căutare este semn sigur de mândrie și de părere de sine; o astfel de căutare nu duce spre sporire, ci spre poticnire și pieire. Sfântul Nil, întemeindu-se pe învățătura tuturor Sfinților Părinți, oprește pe cei ce năzuiesc înainte de vreme spre coborârea minții în inimă, spre liniștirea din afară și din lăuntru, spre simțirea dulceții și spre celelalte stări înalte de rugăciune, care se deschid atunci când este primită de Dumnezeu rugăciunea de pocăință, cum a spus psalmistul: „Depărtați-vă de la mine toți cei ce lucrați fărădelegea, căci Domnul a auzit glasul plângerii mele. Auzit-a Domnul rugăciunea mea, Domnul va primi rugăciunea mea” (Ps. 6, 9-11). Mângâierea, bucuria, plăcerea, pogo-rârea darurilor sunt urmarea împăcării. Căutarea lor înainte de împăcare este plină de nesocotință.

Pentru dobândirea rugăciunii inimii adânci, este nevoie de pregătire îndelungată; ea constă într-o corespunzătoare deprindere, prin experiență, a vieții monahale, în lucrarea potrivit poruncilor evanghelice. Sfânta rugăciune se bazează pe conformația sufletului produsă prin viețuirea potrivit poruncilor, odihnește într-un suflet astfel curățit și nu poate petrece în suflet când el

nu se găsește într-o asemenea stare. Pregătirea se face prin învățarea Noului Testament și a scrierilor Părinților referitoare la rugăciune. Această pregătire este cu atât mai necesară cu cât, în lipsa povățuitorilor duhovnicești, singurii noștri îndrumători trebuie să fie scrierile Părinților și plânsul care se naște în vremea rugăciunii înaintea lui Dumnezeu.

Rugăciunea inimii este de dorit; este de dorit liniștea inimii; este de dorit liniștirea în chilie din care să nu mai ieși și viețuirea în cea mai singuratică pustie, ca unele ce mijlocesc în chip deosebit dezvoltarea rugăciunii inimii și a liniștii inimii. Dar chiar și aceste fapte bune și cuviincioase, spune Nil Sorschi, trebuie să fie făcute cu judecată, la vreme potrivită, pe măsura progresului fiecăruia, cum spune Sfântul Vasile cel Mare: „Înaintea oricărei fapte trebuie să meargă judecata; fără judecată, însăși fapta bună se schimbă într-o faptă rea, din pricină că nu e la timp făcută și nu e săvârșită potrivit cu măsura la care am ajuns. Când însă prin judecată se va hotărî timpul și măsura binelui, atunci se primește un minunat spor“. Și Scărarul, luând cuvintele din Scriptură, spune: „Este vreme pentru orice lucru de sub cer (Eccl. 3, 1), dar printre toate, a spus el, și în sfânta noastră viețuire este vreme pentru orice îndelnicire“. Și în continuare spune: „Este vreme pentru liniștire și vreme pentru împrăștiere; este

vreme pentru rugăciune neîncetată și este vreme pentru slujire nefățarnică. Să nu ne amăgim cu osârdia plină de mândrie și să căutăm mai înainte de vreme ceea ce vine într-un anumit timp. În caz contrar, nu vom primi nimic nici la vremea cuvenită. Este vreme să semănăm ostenelile și vreme să culegem spicele negrăitului dar“.

Preacuviosul Nil oprește mai ales năzuința lipsită de judecată spre pustnicie; o astfel de năzuință aproape întotdeauna apare la persoane care nu se înțeleg nici pe ele însele, nici monahismul, și de aceea poticnirile și înșelările de sine în acest fel de viață sunt din cele mai grele. Dacă monahilor li se interzice năzuința înainte de vreme spre rugăciunea ce se aduce de minte în templul inimii, atunci cu atât mai mult ea li se interzice mirenilor. Sfântul Andrei cel nebun pentru Hristos și alți câțiva foarte puțini mireni au avut o foarte adâncă rugăciune a inimii, dar aceasta este o excepție, de mare raritate, care nu poate servi deloc drept regulă pentru toți. A te socoti printre aceste personalități excepționale nu este altceva decât o înșelare prin părerea de sine, care este o înșelare ascunsă ce premerge înșelării vădite. Paisie Velicicovschi spune în scrisoarea sa către starețul Teodosie: „Cărțile Părinților, îndeosebi acelea care învață adevărata ascultare, trezvia minții și liniștirea, luarea-aminte și rugăciunea minții, adică aceea care se săvârșește de către minte în

inimă, se adresează numai cinului călugăresc, iar nu tuturor creștinilor ortodocși în genere“. Părinții purtători de Dumnezeu, expunând învățătura despre această rugăciune, afirmă că începutul și temelul ei neclintit este adevărata ascultare, din care se naște adevărata smerenie, iar smerenia păzește pe cel ce se nevoiește în rugăciune de toate înșelările pe care le suferă cei ce se nevoiesc după propria lor rânduială. O adevărată ascultare monahală, care să fie desăvârșită în toate privințele, prin tăierea vocii și adunarea minții, este cu totul imposibil să o dobândească mirenii. Cum așadar va fi cu puțință mirenilor să se silească spre o atât de înspăimântătoare și minunată lucrare, adică spre o astfel de rugăciune, fără nici o îndrumare, fără ascultare, de capul lor, după care urmează negreșit înșelarea? Cum ar putea ei să scape de feluritele înșelări vrăjmașe, cele de multe chipuri, care se aduc acestei rugăciuni și făptuitorilor ei, într-un chip cu totul mișelesc? Această lucrare, adică rugăciunea minții — dar nu rugăciunea cea simplă a minții (mentală), adică cea care se săvârșește de către minte fără nici o metodă, ci aceea care se lucrează de către minte în inimă, în chip metodic —, este atât de minunată, încât până și adevărații ascultători, care nu numai că și-au tăiat, ci chiar și-au omorât cu adevărat voia și judecată în fața părinților lor, care sunt niște adevărați și prea iscusiți îndrumă-

tori în ce privește lucrarea acestei rugăciuni, sunt și ei cuprinși de frică și cutremur, temându-se să nu sufere în această rugăciune vreo înșelare oarecare, cu toate că Dumnezeu îi păzește întotdeauna de înșelare, pentru adevărata lor smerenie, pe care au dobândit-o prin darul lui Dumnezeu, prin mijlocirea adevăratei lor ascultări. Cu atât mai mult mirenilor, care trăiesc fără ascultare, dacă se vor sili spre rugăciune numai la simpla citire a unor asemenea cărți, le stă în față primejdia de a cădea în vreo înșelare oarecare ce se întâmplă cu cei ce încep nevoința acestei rugăciuni după capul lor.

Sfinții au numit această rugăciune meșteșugul meșteșugurilor — cine dar poate s-o învețe fără un îndrumător iscusit? Această rugăciune este o sabie duhovnicească, dăruită de Dumnezeu pentru uciderea vrăjmașului sufletelor noastre. Această rugăciune a luminat ca soarele numai în mijlocul călugărilor, mai ales în părțile Egiptului, precum și în părțile Ierusalimului, în muntele Sinai și al Nitriei, în multe locuri din Palestina și în alte multe locuri, dar nu pretutindeni, după cum se vede din viața Sfântului Grigorie Sinaitul. El a cutreierat tot muntele sfânt al Athosului și, după o atentă cercetare, căutând pe lucrătorii acestei rugăciuni, n-a găsit în munte pe nici unul care să fi avut măcar o mică înțelegere despre această rugăciune. Preacuviosul Grigorie Sinaitul a cercetat

muntele Athos în veacul al XIV-lea după Hristos. În acea vreme monahismul din Palestina, dar mai ales din Egipt, fusese aproape distrus de mahomedanii care au supus Egiptul și Palestina încă din veacul al VII-lea. În timpul Sfântului Grigorie Sinaitul învățătura despre rugăciunea minții s-a redus peste tot la extrem. Acest sfânt poate fi considerat ca un reorganizator al acestei practici, după cum se spune pe scurt în viața lui, cuprinsă în Filocalie. Și în vremea lui Grigorie Sinaitul erau călugări ajunși la o mare sporire în rugăciune, cum a fost, de pildă, Maxim Cavescolivitul, trăitor în muntele Athos; de îndrumările lui s-a folosit însuși Grigorie, care îl numea pe Maxim înger pământesc (Filoc., vol. 8, p. 545). Preacuviosul Grigorie însuși a învățat rugăciunea minții de la un călugăr din insula Cipru; înainte se ocupa numai cu cântarea de psalmi. Din toate acestea se vede clar că, dacă într-un loc atât de sfânt, preacuviosul Grigorie n-a găsit nici un lucrător al acestei rugăciuni, atunci cu atât mai mult în alte locuri, lucrarea acestei rugăciuni era necunoscută printre călugări. Iar acolo unde ei se ocupau cu ea, unde ea lumina printre călugări asemenea soarelui, acolo lucrarea acestei rugăciuni se păstra ca o taină mare și negrăită, cunoscută numai de Dumnezeu și de făptuitorii ei. Pentru mireni, lucrarea acestei rugăciuni era cu totul necunoscută. Dar astăzi, după ce s-au tipărit cărțile Părin-

tilor, vor afla despre ea nu numai călugării, ci și toți credincioșii. Din această pricină mi-e frică și mă cutremur ca nu cumva prin începerea acestei nevoițe pe cont propriu, fără un îndrumător, astfel de oameni, având o rânduială proprie, să nu cadă în înșelare, de care Hristos Mântuitorul să izbăvească prin darul Său pe toți cei ce vor să se mântuiască.

Socot că am datoria să arăt aici, pe măsura slabei mele înțelegeri și experiențe, învățătura Sfinților Părinți despre săvârșirea rugăciunii lui Iisus cu metodă, cu arătarea clară a felului cum se face rugăciunea, și care este înfățișarea rugăciunii minții și a inimii potrivită tuturor creștinilor fără excepție și călugărilor începători, și care este chipul lucrării proprii celor sporiți, care au fost ridicați în sporirea lor de bunăvoința lui Dumnezeu și de darul Lui.

Fără nici o îndoială, primul loc între toate mijloacele trebuie să-l dăm celui arătat de Sfântul Ioan Scărarul, ca unul ce este deosebit de practic, pe deplin ferit de primejdii, necesar, chiar indispensabil pentru lucrarea rugăciunii, cuviincios pentru toți creștinii ce petrec o viață cucernică și caută mântuirea, fie mireni, fie călugări. Marele povătuitor vorbește în două rânduri de acest mijloc în *Scara* lui, care ridică de pe pământ la cer, și anume: în Cuvântul despre ascultare și în Cuvântul despre rugăciune. Chiar faptul că el expu-

ne acest mijloc în învățătura sa despre ascultarea călugărilor din viața de obște, arată că acest mijloc îi are în vedere și pe călugării începători. Expunerea metodei se repetă într-o învățătură deosebită, făcută pe larg în Cuvântul despre rugăciune, imediat după îndrumările pentru cei ce se liniștesc, ceea ce înseamnă că se repetă pentru călugării sporiți. Acest lucru dovedește clar că metoda este foarte bună și pentru cei care se liniștesc, pentru călugării sporiți. Repetăm: cea mai mare calitate a metodei constă în faptul că ea, mulțumindu-i pe toți, este pe deplin ferită de primejdii.

În Cuvântul despre rugăciune, Sfântul Ioan Scărarul spune: „Nevoiește-te să-ți întorci, mai precis, să-ți închizi gândul în cuvintele rugăciunii. Dacă, din pricina prunciei sale, gândul va slăbi și se va abate, atunci adu-l din nou. Nestatornicia este proprie minții, dar Acela care statornicește toate o poate statornici și pe aceasta. Dacă vei dobândi această lucrare și te vei ține mereu de ea, atunci va veni Cel ce pune hotar mării minții tale, și îi va spune rugăciunii tale: „până aici să vii și mai departe nu“ (Iov 38, 11). Este cu neputință să legi duhul, dar acolo unde este de față Creatorul acestui duh, toate i se supun. ...Începutul rugăciunii alungă, printr-un singur gând, atacurile de la începuturile lor; la mijlocul ei, cugertarea se statornicește în cele spuse sau gândite; sfârșitul (desăvârșirea) este răpirea minții la Dum-

nezeu". În Cuvântul despre ascultare, Sfântul Ioan spune: „Luptă-te cu gândul neconținut, întorcându-l spre tine atunci când zboară; Dumnezeu nu cere de la frații de sub ascultare o rugăciune nerisipită. Nu te descuraja când ești furat, ci fii cu suflet bun, întorcând mereu mintea spre tine însuși". Aici este dat mijlocul de a ne ruga cu luare-aminte, de a ne ruga și cu gura și numai cu mintea. În rugăciunea ce se face cu luare-aminte nu se poate să nu ia parte inima, cum a spus preacuviosul Marcu. „Mintea ce se roagă fără împrăștiere strâmtorează inima". În felul acesta, cine se va ruga potrivit îndrumărilor Sfântului Ioan Scărarul, acela se va ruga și cu gura, și cu mintea, și cu inima; acela, sporind în rugăciune, va dobândi rugăciunea minții și a inimii, va atrage spre sine darul dumnezeiesc, cum se vede din cuvintele citate din marele povățuitor al călugărilor.

Ce am putea dori mai mult? Nimic. Ce înșelare mai poate fi într-un asemenea exercițiu în ale rugăciunii? Doar alunecarea spre risipire, care este o greșeală pe deplin vădită, de care nu pot scăpa începători, dar care se poate vindeca pe dată prin întoarcerea gândului la cuvintele rugăciunii; care se poate nimici prin mila și ajutorul lui Dumnezeu, la timpul său, în urma unei necurmate nevoițe. Se poate ca cineva să întrebe: oare de ce un așa de mare Părinte, care a trăit în vremea când lucrarea minții era în floare, nu

spune nimic despre rugăciunea ce se săvârșește de minte în inimă? Vorbește, dar atât de acoperit, încât numai cei ce cunosc din experiență lucrarea rugăciunii pot înțelege la ce se referă. Sfântul a procedat așa fiind condus de înțelepciunea duhovnicească cu care e scrisă toată cartea lui. Expunând învățătura cea mai dreaptă și mai satisfăcătoare cu privire la rugăciune, care îl poate duce pe lucrător în starea harică, Scărarul s-a exprimat exact și despre ceea ce se săvârșește după iluminarea harică ce se revarsă peste nevoița rugăciunii. „Una este a supraveghea mai des inima și altceva a conduce inima prin mintea care stăpânește ca un împărat și aduce, ca un arhieru, jertfe cugetătoare lui Hristos“. Una este să te rogi cu luare-aminte prin participarea inimii; alta este să te cobori cu mintea în templul inimii și de acolo să aduci rugăciunea harică, plină de puterea și de darul dumnezeiesc. A doua provine din prima. Luarea-aminte a minții atrage inima spre consimțire; în timpul întăririi atenției, consimțirea inimii la lucrarea minții se prefăce în unirea inimii cu mintea. În sfârșit, în timpul luării-aminte însușite de rugăciune, mintea se coboară în inimă pentru cea mai adâncă și sfântă slujbă plină de rugăciune. Toate acestea se săvârșesc sub cârmuirea darului lui Dumnezeu, potrivit cu bunăvoința și cu grija Lui.

Năzuința către a doua stare înainte de a o dobândi pe prima nu e numai nefolositoare, ci poa-

te fi pricina unui mare rău. Și tocmai pentru înlăturarea acestui mare rău taina rugăciunii este acoperită pentru cei curioși și ușuratici în cartea Sfântului Ioan Scărarul, alcătuită pentru întrebarea obștească a monahilor. În acele vremuri fericite, în timpul îmbeșugatelor vase vii ale dărilor, cei care aveau nevoie puteau să le ceară sfatul pentru orice întâmplare deosebită. Printre călugării din Rait, pentru care fericitul Ioan a scris „Scara“, rugăciunea minții era în floare, condusă de îndrumări duhovnicești izvorâte din experiență. Despre acest lucru sfântul scriitor din nou se exprimă mai precis, dar și mai acoperit, în Cuvântul său către păstor. El se exprimă astfel: „Mai întâi de toate, o, cinstite părinte, avem nevoie de puterea duhovnicească pentru ca să-i introducem în Sfânta Sfintelor pe cei cărora ne-am pus în gând să li-L arătăm pe Hristos, Cel ce odihnește pe masa tainică și ascunsă, mai ales atâta timp cât ei se mai găsesc în tinda acestei intrări; cu scopul de a croi o cale pentru ei, noi, luându-i de mână, să-i eliberăm de mulțimea gândurilor. Dar dacă pruncii sunt cu totul goi și neputincioși, atunci este de trebuință să-i ridicăm pe umerii noștri și să-i ducem până când vor trece prin ușa de la intrare, căci știm că acolo se află tot felul de strâmțorări și îngustări. De aceea a și spus cineva despre această strâmțorare: „anevoios lucru este înaintea mea, până ce voi intra

în locașul cel sfânt al lui Dumnezeu“ (Ps. 72, 17), — și osteneala se întinde numai până la intrare“. „Cel ce dorește să-L vadă pe Domnul înlăuntrul său, caută să-și curețe inima prin neîncetata aducere-aminte de Dumnezeu. Partea cugetătoare a celui curat cu sufletul se află înlăuntrul lui. Soarele care luminează într-însa este lumina Sfintei Treimi. Aerul pe care-l respiră viețuitorii ei este Prea Sfântul Duh. Viața, bucuria și veselia acestei părți este Hristos, Lumină din lumina Tatălui. Acesta este Ierusalimul și Împărăția lui Dumnezeu, ascunsă înlăuntrul nostru, după cuvântul Domnului. Acesta este norul de slavă dumnezeiască, în care numai cei curați cu inima vor intra ca să vadă fața Stăpânului lor și ca să se însenineze mințile lor prin raza luminii Lui. Dă-ți silința să intri în cămara care se află înlăuntrul tău și vei vedea cămara cerească. Căci sunt una și aceeași; printr-o singură intrare pășim într-amândouă. Sca-ra ce urcă spre Împărăția cerească se află înlăuntrul tău; ea se construiește tainic în sufletul tău. Scufundă-te în tine însuși din fața păcatului și vei găsi acolo trepte pe care vei putea să urci în cer“.

Preacuviosul Varsanufie, călugăr care a atins cea mai înaltă treaptă de sporire duhovnicească, și-a introdus ucenicii în locul sfânt al inimii prin rugăciunea harică, precum și în stările produse de ea. Printre îndrumările lui citim și pe cea care urmează, pe care a dat-o unui oarecare liniștitor

ce se afla sub conducerea lui: „Dumnezeu Cel singur fără de păcat, care mântuiește pe cei ce nădăjduiesc în El, să-ți întărească dragostea de a-I sluji în cuvioșie și în dreptate în toate zilele vieții tale, în templul și în jertfelnicul omului lăuntric, unde se aduc jertfe duhovnicești lui Dumnezeu, aur, tămâie și smirnă, unde se junghie vițelul cel îngrășat și se stropește cu cinstitul sânge al Mielului fără prihană, unde răsună glasurile pline de armonie ale sfinților îngeri: „Atunci vor pune pe altarul Tău viței“ (Ps. 50, 21). Atunci, — când? Când va veni Domnul nostru, acest mare Arhiereu, care aduce și primește jertfa cea fără de sânge; când, întru numele Lui, șchiopul care șade la poarta cea frumoasă a templului se va învrednici să audă glasul de bucurie: „Scoală-te și umblă“ (Fapte 4, 6). Atunci el va intra în locul sfânt, umblând și săltând și lăudând pe Dumnezeu. Atunci contenește somnul negrijii și al neștiinței; atunci se depărtează somnul moleșelii; atunci cele cinci fecioare înțelepte își aprind candelile și dănțuiesc cu mirele în sfânta cămară de nuntă, cântând fără tulburare: „Gustați și vedeți că bun este Domnul; fericit bărbatul care nădăjduiește întru El“ (Ps. 33, 9), atunci se curmă și războaiele, și întinăciunile, și mișcările (pătimăse); atunci își face loc sfânta pace a Sfintei Treimi, se pecetluiește comoara și rămâne nejefuită. Roagă-te ca să o înțelegi, și să o ajungi, și să te bucuri de ea în Hristos Iisus, Domnul nostru“.

Prin aceste minunate imagini, Sfinții Părinți ne inspiră cea mai mare evlavie pentru sfânta lucrare a rugăciunii inimii. Această evlavie și însăși buna judecată cer de la noi să ne lepădăm de eforturile făcute înainte de vreme, de capul nostru, cu mândrie, fără judecată, de a intra în sfântul și tainicul loc. Atât evlavia cât și buna chibzuială ne învață să petrecem într-o rugăciune făcută cu luare-aminte, într-o rugăciune de pocăință, la ușile templului. Luarea-aminte și zdrobirea duhului, — iată camera care ne este dată drept liman nouă, celor ce suntem păcătoși care se pocăiesc. Ea este tinda locului sfânt. În ea ne vom ascunde și ne vom închide din fața păcatului. Să se adune în această Vitezdă toți cei ce șchioapătă moralmente, toți leproșii, toți orbii și uscații, într-un cuvânt, toți cei ce sunt slăbănogiți de păcat, „care așteaptă tulburarea apei“ (In. 5, 3) — adică lucrarea milei și darului dumnezeiesc. Singur Domnul, El însuși, la timpul potrivit, dăruiește tămăduirea și intrarea în locul sfânt, din neajunsa Lui bunăvoință. „Eu știu pe care i-am ales“ (In. 13, 18), spune Mântuitorul. „Nu voi M-ați ales pe Mine — spune El ucenicilor —, ci Eu v-am ales pe voi și v-am rânduit să mergeți și roadă să aduceți și roada voastră să rămână, ca Tatăl să vă dea orice veți cere de la El întru numele Meu“ (Mc. 15, 16).

Foarte bun este mijlocul de învățare a rugăciunii lui Iisus propus de avva Dorotei, sfințitul nevoitor ascet: „Cel ce se roagă cu gura, spune sfin-

titul călugăr, iar sufletul își neglijează și inima nu și-o păzește, un astfel de om se roagă văzduhului, iar nu lui Dumnezeu și se trudește în zadar, pentru că Dumnezeu ia aminte la inimă și la osârdie, iar nu la vorbe multe. Trebuie să ne rugăm cu toată osârdia: din sufletul și mintea și inima noastră, cu frica lui Dumnezeu, din toată tăria noastră.

Rugăciunea minții nu îngăduie să intre în odaia lăuntrică nici risipirea, nici gândurile întinate. Vrei să înveți cum se face rugăciunea minții și a inimii? Eu te voi învăța. Ia aminte cu stăruință și cu chibzuială ascultă-mă, iubitul meu. La început trebuie să faci rugăciunea lui Iisus cu voce tare, adică cu gura, cu limba și cu cuvântul, numai în auzul tău. Când gura, limba și simțirile se vor sătura de rugăciunea rostită în auz, atunci rugăciunea rostită cu vocea încetează și începe să se rotească în șoaptă. După aceasta trebuie să te deprinzi să te rogi cu mintea. Atunci rugăciunea minții și a inimii va începe să se desfășoare prin lucrarea darului dumnezeiesc, de la sine, neîntrerupt, făcându-se în orice vreme, în timpul oricărei lucrări, în orice loc“.

Fericitul stareț, ieromonahul Serafim din Sarov, îl îndeamnă pe începător, după obiceiul obiștuit ce exista mai înainte în sihăstria din Sarov, să săvârșească rugăciunea neîntreruptă: „Doamne Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu, miluiește-mă

pe mine, păcătosul“. „În timpul rugăciunii, ne îndrumă starețul, ia aminte la tine, adică adună-ți mintea și unește-o cu inima. La început, o zi, două și mai mult, fă această rugăciune cu mintea, separat, fiind atent la fiecare cuvânt aparte. Când Domnul îți va încălzi inima cu căldura darului Său și te va uni într-un singur duh, atunci această rugăciune va curge în tine neîncetat și va fi mereu cu tine, îndulcindu-te și hrănindu-te“. Tocmai aceasta înseamnă cuvintele spuse de proorocul Isaia: „Roua Ta este rouă de lumină și de înviere (Is. 26, 19).

Foarte puțini sunt aceia care primesc unirea minții cu inima curând după începerea nevoinței într-o rugăciune; de obicei se scurg mulți ani între începutul nevoinței și unirea harică a minții cu inima. Noi trebuie să dovedim sinceritatea bunei noastre voințe, prin stăruință și îndelungă răbdare.

Dar când vom ține în noi această hrană sufletească, adică vorbirea cu Dumnezeu, atunci pentru ce să mai umblăm pe la chiliile fraților, chiar de vom fi chemați de cineva?

Adevărat îți spun, vorba deșartă este în același timp și o iubire de deșertăciuni. Dacă pe tine însuși nu te înțelegi, vei putea oare să judeci despre ceva și să înveți pe alții? Taci, taci necontenit; adu-ți aminte întotdeauna de prezența lui Dumnezeu și de numele Lui. Nu intra în vorbă cu nimeni; dar totodată ferește-te să osândești pe

cei ce stau de vorbă și pe cei ce râd. În asemenea împrejurări fii surd și mut. Orice s-ar vorbi despre tine lasă să treacă pe lângă ureche. Drept pildă poți să-l iei pe Ștefan cel Nou, a cărui rugăciune era neîncetată, felul de a fi blând, gura tăcută, inima smerită, duhul umilit, trupul cu sufletul curate, fecioria nestricată, sărăcia adevărată și necâștigarea pustnicească; ascultarea lui era fără cântire, lucrarea răbdătoare, munca plină de osârdie. Șezând în trapeză nu te uita și nu judeca cât mănâncă fiecare, ci ia aminte la tine, hrănindu-ți sufletul cu rugăciunea“.

Starețul, dând o astfel de îndrumare călugăru-lui începător, care își petrece viața în ostenelile mănăstirești, și dându-i exercițiul cu rugăciunea potrivită omului activ, oprește năzuința lipsită de judecată și mai înainte de vreme către viața contemplativă și către rugăciunea corespunzătoare acestei trăiri. „Fiecare, zice el, din cei ce doresc să pășească în viața duhovnicească, trebuie să înceapă cu viața lucrătoare și pe urmă să treacă spre cea contemplativă, pentru că fără viața lucrătoare este cu neputință să ajungi la viața contemplativă. Viața lucrătoare servește la curățirea noastră de patimi și ne ridică pe scara desăvârșirii active și prin aceasta ne netezește calea spre viața contemplativă. De aceasta se pot apropia numai cei ce s-au curățit de patimi și au dobândit o deplină învățătură în viața lucrătoare, după

cum se poate vedea din cuvintele Sfintei Scripturi: „Fericiți cei curați cu inima, că aceia vor vedea pe Dumnezeu“ (Mt. 5, 8) și din cuvintele Sfântului Grigorie Teologul: „De contemplare se pot apropia numai cei mai desăvârșiți după experiența lor în viața lucrătoare“.

De viața contemplativă trebuie să ne apropiem cu frică și cutremur, cu zdrobire de inimă și cu smerenie, cu multa cercetare a Sfintelor Scripturi și sub conducerea unui stareț iscusit — dacă se poate găsi un astfel de om —, iar nu cu cutezanță și de capul nostru. Cel cutezător și disprețuitor, după cuvintele lui Grigorie Sinaitul, căutând cu nevrednicie starea duhovnicească înaltă, se silește cu trufie s-o atingă mai înainte de vreme. Și iarăși: „Dacă cineva își închipuie, după părerea sa, să ajungă starea înaltă și să câștige dorința — satanică, iar nu cea adevărată —, pe acela diavolul îl prinde cu mrejele sale ca pe o slugă a sa“. Ferindu-i în felul acesta de năzuința către starea înaltă de rugăciune, starețul insista asupra necesității pentru toți călugării în genere, fără să-i excludă nicidecum pe începători, a unei vieți trăite cu luare-aminte și în rugăciune neîncetată. S-a observat că, în majoritatea cazurilor, felul în care este călăuzit călugărul la intrarea în mănăstire își pune amprenta pe toată viața sa.

„Darurile pline de har — afirmă Serafim — le primesc numai cei care au lucrarea lăuntrică și care

veghează asupra sufletelor lor. Cel ce s-a hotărât să slujească cu adevărat lui Dumnezeu trebuie să stăruie în aducerea-aminte de Dumnezeu și în rugăciunea neîncetată către Domnul Iisus Hristos, spunând cu mintea: „Doamne Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu, miluiește-mă pe mine, păcătosul“. Cu o astfel de lucrare, odată cu paza de orice risipire și odată cu paza păcii din conștiință, ne putem apropia de Dumnezeu și ne putem uni cu El. Altminteri, în afară de rugăciunea neîncetată, potrivit cuvintelor Sfântului Isaac Sirul, noi nu ne putem apropia de Dumnezeu“. Serafim îi sfătuiește pe monahii și frații care se ocupă de bunăvoie cu rugăciunea lui Iisus, să stea în biserică, în timpul când se citesc rugăciunile, cu ochii închiși și să-i deschidă numai atunci când îi vor îngreuna somnul și ațipeala, pentru că în felul acesta putem să scăpăm mai lesne de risipire și să petrecem într-o luare-aminte. Iar când suntem îngreunați de somn, ne sfătuiește să ne ațintim privirile către sfintele icoane, lucru care de asemenea ne păzește de risipire și ne trezește spre rugăciune. Începătorul învață rugăciunea lui Iisus cu o deosebită ușurință în timpul lungilor rugăciuni care se citesc la mănăstiri. Luând parte la ele, pentru ce să lăsăm gândurile să rătăcească în chip nefolositor și vătămător de suflet? Dar dacă mintea nu va fi legată de ceva, este cu neputință să scăpăm de risipire. Ocupă-te

cu rugăciunea lui Iisus, căci ea îți va opri mintea de la rătăcire. Te vei concentra mai mult, mai adânc; vei fi mai atent la citirile și cântările bisericești, iar odată cu aceasta vei învăța rugăciunea minții treptat, pe neobservate. Pe cel ce vrea să trăiască o viață cu luare-aminte, Sfântul Serafim îl îndeamnă să nu ia în seamă cele din jurul său, din pricina cărora capul se umple cu cugete și amintiri deșarte și fără nici un rost; îl îndeamnă să nu bage de seamă lucrurile străine, să nu cugete, să nu judece și să nu vorbească de ele; îl îndeamnă să fugă de discuții, să se poarte ca un călător, pe părinții și frații pe care îi întâlnește să-i cinstească cu închinăciuni făcute în tăcere, păzindu-se de a-i privi cu luare-aminte, pentru că o asemenea privire lasă negreșit în suflet o oarecare întipărire, care-i va pricinui risipirea, atrăgând spre ea luarea-aminte și abătându-l de la rugăciune. În genere, cel ce petrece o viață cu luare-aminte nu trebuie să se uite la nimic cu insistență și să nu asculte nimic cu atenție, ci să se uite ca și cum n-ar vedea, și să audă ca și cum ar trece pe alături, pentru ca memoria și puterea atenției să fie întotdeauna libere, străine de impresiile lumii și capabile să primească întipăririle dumnezeiești.

Este evident că mijloacele propuse de cuviosul Dorotei și de starețul Serafim coincid cu mijlocul propus de Sfântul Ioan Scărarul. Dar Sfântul

Ioan Scărarul și-a expus metoda cu o deosebită claritate și în chip amănunțit. Acest părinte face parte dintre cei mai vechi și mai mari îndrumători ai călugărilor, fiind recunoscut ca atare de Biserica Universală; sfinții scriitori de mai târziu îl citează ca pe un învățător vrednic de încredere, ca pe un vas viu al Sfântului Duh. Pe acest temei, noi propunem metoda lui spre a fi folosită cu toată încrederea de către iubiții părinți și frați îndeobște, și nu numai de către cei ce trăiesc în mănăstiri, ci și de către cei ce trăiesc în mijlocul lumii, care cu o sinceră dorință vor să se roage neprefăcut, cu sorți de izbândă și plăcut în fața lui Dumnezeu. Această metodă nu poate fi înlăturată. Dacă s-ar înlătura din rugăciune ar însemna să înlăturăm din ea luarea-aminte, dar, fără luare-aminte, rugăciunea nu este rugăciune. Ea este moartă! Ea este o vorbărie deșartă, neroditoare, vătămătoare de suflet, jignitoare pentru Dumnezeu!

Cel ce se roagă cu luare-aminte se roagă negreșit, mai mult sau mai puțin, folosind această metodă. Dacă luarea-aminte va spori și se va îngăciune în rugăciune, negreșit va apare chipul de rugăciune arătat nouă de dumnezeiescul Ioan: „Cere cu lacrimi, spune el, caută cu ascultare, bate cu îndelungă răbdare. Cel ce cere astfel va primi și cel ce astfel ascultă va afla și celui ce astfel va bate i se va deschide“.

Experiența nu va întârzia să arate că în vremea folosirii acestei metode, mai ales la început, trebuie să rostești cuvintele cu cea mai mare încetineală, pentru ca mintea să izbutească să încapă în cuvinte ca în niște forme. Acest lucru nu se poate atinge în timpul citirilor grăbite. Metoda Sfântului Ioan este foarte potrivită atât atunci când te îndeletnicești cu rugăciunea lui Iisus, cât și atunci când îți citești rugăciunile în chilie și chiar când citești Scriptura și cărțile Părinților. Trebuie să citești ca și cum ai silabisi, cu atâta lipsă de grabă. Cel ce a învățat acest mijloc a dobândit rugăciunea făcută cu gura, cu mintea și cu inima, proprie celui care duce o viață activă.

Prea Sfîntul Calist, patriarhul Constantinopolului, spunea astfel despre rugăciune: „Rugăciunea neîncetată constă în neîncetata chemare a numelui lui Dumnezeu. Omul, ori de vorbește, ori de șade, ori de umblă, ori de face ceva, ori de mănâncă, ori de se ocupă de altceva, trebuie să cheme numele lui Dumnezeu în orice vreme și în orice loc, după îndemnul Scripturii: Rugați-vă neîncetat! În felul acesta, se nimicește asaltul vrăjmașului asupra noastră. Trebuie să ne rugăm cu inima, dar trebuie să ne rugăm și cu gura, când suntem singuri. Dar dacă cineva se găsește la târg sau împreună cu alții, acela nu trebuie să se roage cu gura, ci numai cu mintea. Trebuie să luăm seama la privire și să privim în-

totdeauna în jos, pentru ca să ne păzim de risipire și de mrejele vrăjmașului. Desăvârșirea rugăciunii se cuprinde în faptul că ea se rostește către Dumnezeu fără abaterea minții în gânduri risipite, când toate gândurile și simțămintele omului se adună în rugăciune. Rugăciunea și cântarea de psalmi trebuie să se facă nu numai cu mintea, ci și cu gura, după cum spune Proorocul David: „Doamne, buzele mele voi deschide și gura mea va vesti lauda Ta“ (Ps. 8, 17). Și Apostolul, arătând că este nevoie și de gură, a spus: „Să aducem pururea lui Dumnezeu jertfa de laudă, adică rodul buzelor care preamăresc numele Lui“ (Evr. 13, 15). Preacuviosul Varsanufie cel Mare, i-a răspuns unui călugăr sfințit — care l-a întrebat cum trebuie să se roage — următoarele: „Trebuie să ne ocupăm într-o bună măsură cu cântarea de psalmi, într-o bună măsură să ne rugăm rostind rugăciunile pe de rost; trebuie vreme și pentru ca să ne cercetăm și să păzim gândurile noastre. Cel ce are la masă multe feluri de mâncare, acela mănâncă mult și cu plăcere, iar cine folosește în fiecare zi aceeași hrană, acela nu numai că o mănâncă fără plăcere, dar uneori poate să simtă chiar dezgust. Astfel se întâmplă și în starea noastră. Nu te lega în cântarea de psalmi și în rugăciunea rostită cu gura, ci fă atât cât îți va da Domnul. Nu lăsa, de asemenea, nici rostirea rugăciunii lăuntrice. Câte ceva din una, câte ceva din

alta — și așa vei petrece ziua, plăcând lui Dumnezeu. Părinții noștri cei desăvârșiți nu aveau o pravilă hotărâtă, dar în cursul unei zile întregi își îndeplineau pravila lor, și anume: se ocupau puțin cu cântarea de psalmi, spuneau câteva rugăciuni pe dinafară, își cercetau puțin gândurile; deși puțin, totuși se îngrijeau și de mâncare; dar toate acestea le făceau cu frică de Dumnezeu“. Așa judeca și îi îndruma pe frați preacuviosul Părinte, care se afla într-o mare sporire în ce privește rugăciunea. Experiența va învăța pe fiecare din cei ce se ocupă cu rugăciunea că rostirea rugăciunii lui Iisus măcar cât de puțin cu voce tare și-n genere toate rugăciunile citite ajută foarte mult la reținerea minții din fața răpirilor care se produc prin risipire. În timpul năpădirilor vrăjmașe mai puternice, când se va simți o slăbire a voinței și o întunecare a minții, este necesară rostirea rugăciunii. O rugăciune rostită cu voce tare, cu luare-aminte, este totodată și a minții și a inimii.

Prin smeritul nostru cuvânt noi nu-i abatem și nu-i îndepărtăm pe iubiții noștri părinți și frați de la sporirea înaltă în ale rugăciunii; dimpotrivă, le dorim cu toată osârdia acest lucru. Să fie toți călugării asemenea îngerilor și arhanghelilor, care nu au odihnă nici ziua, nici noaptea, din pricina iubirii dumnezeiești care îi ține treji, și care se hrănesc neîncetat și fără să se mai sature cu slava lui Dumnezeu. Atenția care se cere atunci când e

vorba de o lucrare făcută înainte de vreme, greșită, cutezătoare, este de asemenea necesară și în timpul rugăciunii inimii făcute la vremea ei, pentru a simți și a primi negrăita ei bogăție. Este interzisă năzuința înfierbântată, lipsită de judecată, spre aflarea rugăciunii inimii cea plină de dar în noi înșine; este oprită această năzuință pentru că pricina ei este ori necunoștința, ori o cunoștință insuficientă și pretenția plină de mândrie că ești capabil și vrednic de rugăciunea harică; este interzisă această năzuință pentru că este cu neputință să descoperim în noi înșine rugăciunea harică numai prin propriile noastre puteri; este interzisă această năzuință, care se izbește furioasă de poarta templului tainic dumnezeiesc, pentru că această greșită năzuință să nu fie o piedică în calea darului dumnezeiesc care, odată și odată, se va milostivi de noi, va recunoaște de vrednici pe cei nevrednici, va da darul celor care nu așteaptă darul și care se văd sortiți veșnicilor munciale legăturilor iadului.

Darul se dă celui ce se smerește și se face cu totul mic în fața măreției darului; darul se dă celui ce s-a lepădat de voia sa și s-a predat în voia lui Dumnezeu; darul se dă celui ce își îmblânzește și-și omoară trupul și sângele, care își îmblânzește și-și omoară cugetul trupesc prin poruncile evanghelice. Viața începe să se lumineze potrivit cu gradul de omorâre a patimilor. Venind pe ne-

așteptate, numai după bunăvoința lui, darul continuă și desăvârșește mortificarea începută mai înainte de bună voie. Cei neveghețori, îndeosebi cei încăpățânați, conduși de părerea de sine și de rânduiala de sine, cei ce caută o stare înaltă de rugăciune, sunt pecetluiți cu pecetea lepădării, potrivit cu legea duhovnicească (Mt. 22, 12-13). Ridicarea acestei peceti este foarte anevoioasă, de cele mai multe ori este imposibilă. Care este cauza? Iat-o: mândria și părerea de sine, care duc la înșelarea de sine, la legătura cu demonii și la intrarea în robia lor, care nu îngăduie celui mândru să vadă nedreptatea și primejdia stării sale, nu-i îngăduie să vadă nici amara legătură cu demonii, nici nenorocita și ucigașa lor robie. „Îmbracă-te mai întâi cu frunzele, iar mai târziu, când va porunci Dumnezeu, vei aduce și roadele“, au spus Părinții. Dobândește mai întâi rugăciunea ce se face cu luare-aminte, căci celui ce este curățit de mai înainte și pregătit din timp prin rugăciune cu luare-aminte, celui ce este învățat și întărit cu poruncile Evangheliei, întemeiat pe ele, Dumnezeu, la vremea potrivită, pentru marea Lui milostivire, îi va dărui rugăciunea harică.

Învățătorul rugăciunii este Dumnezeu; iar adevărata rugăciune este darul lui Dumnezeu. Dumnezeu Însuși îi dă treptat o sporire în rugăciune celui ce se roagă cu duhul zdrobit, neîncetat, cu frica lui Dumnezeu. Din rugăciunea făcută cu

luare-aminte și cu smerenie apar lucrări duhovnicești și căldură duhovnicească din care prinde viață inima. Inima ce capătă viață atrage spre sine mintea și se face un templu al rugăciunii harice și o vistierie de daruri duhovnicești pe care le dobândește potrivit cu însușirea ei. „Ostenește-te — spun marii nevoitori și învățători ai rugăciunii — să capeți căldura și rugăciunea cu durere de inimă, și Dumnezeu îți va da să le ai întotdeauna. Uitarea le izgonește; dar ea însăși se naște din negrijă“. Dacă vrei să scapi de uitare și de robie, dobândește în tine focul dumnezeiesc, căci numai din căldura lui dispar uitarea și robia. Iar acest foc se dobândește prin năzuința către Dumnezeu. Frate! Dacă inima ta nu va căuta pe Domnul ziua și noaptea, cu durere, nu vei putea să progresezi. Dar dacă, lăsând toate celelalte, te vei ocupa cu această căutare, atunci vei ajunge la ceea ce spune Scriptura: „Opriți-vă și cunoașteți“ (Ps. 45, 11). Frate! Roagă bunătatea Aceluia „Care voiește ca toți oamenii să se mântuiască și la cunoștința adevărului să vină“ (I Tim. 2, 4) să-ți dea vegherea duhovnicească care aprinde focul duhovnicesc. Domnul, Stăpânul cerului și al pământului, a venit pe pământ pentru ca să arunce în el acest foc (Lc. 12, 49). Împreună cu tine, pe măsura puterilor mele, mă voi ruga și eu pentru ca această veghere să-ți fie dăruită de Dumnezeu, Care dă darul tuturor celor care îl cer cu os-

teneală și osârdie. El te va îndruma spre adevăr. El luminează ochii, îndreptează mintea, alungă somnul slăbănogirii și al negrijii, face să strălucească din nou arma acoperită de rugină în pământul trândăviei, dă o nouă strălucire îmbrăcămintei pângărite în robia barbarilor, sădește ura față de hoiturile scârnave care sunt hrana barbarilor, sădește dorința săturării cu marea jertfă adusă de marele nostru Arhiereu. Aceasta este jertfa despre care i s-a descoperit Proorocului că risipește păcatele și șterge fărâdelegile (Is. 6, 7); jertfa care îi iartă pe cei ce plâng, celor smeriți le dă dar (Pilde 3, 34), ajutându-i să moștenească viața veșnică în numele Tatălui și al Fiului și al Sfântului Duh.

„Vegherea duhovnicească sau trezvia este o artă duhovnicească, care îl izbăvește cu desăvârșire pe om, cu ajutorul lui Dumnezeu, de faptele lui păcătoase, de gândurile și de cuvintele pătimăse, când ea este păzită timp îndelungat și cu osârdie. Ea este liniștea inimii; ea este paza minții; ea este luarea-aminte de sine, străină de orice gând, care cheamă întotdeauna, cu tărie și neîncetat, pe Iisus Hristos, Fiul lui Dumnezeu și Dumnezeu, care cu El respiră, cu El năvălește bărbătește asupra vrăjmașilor, Lui I se destăinuie“. Așa definește vegherea duhovnicească Sfântul Isihie al Ierusalimului. De acord cu el sunt și alți Părinți.

„Venind foc în inimă, învie rugăciunea. Iar când ea se va scula și se va înălța la cer, atunci

se va săvârși coborârea focului în cuptorul inimii". Aceste cuvinte aparțin luminătorului din Sinai, Ioan Scărarul. Este clar că sfântul vorbește din fericita sa experiență. Un lucru asemănător s-a petrecut și cu preacuviosul Maxim Cavesocalivitul. „Eu — îi spune el lui Grigorie Sinaitul — din tinerețea mea am avut o mare credință față de Doamna mea, Născătoarea de Dumnezeu, și mă rugam ei cu lacrimi, ca Ea să-mi dea darul rugăciunii minții. Odată, am venit ca de obicei în biserică Ei și mă rugam cu osârdie pentru acest lucru. M-am apropiat de icoana Ei, am început să sărut cu evlavie chipul Ei; și pe neașteptate am simțit că în pieptul și în inima mea a pogorât o căldură, care nu ardea cele dinlăuntru, ci, dimpotrivă, mă îndulcea și mă roua, îndemnând sufletul meu spre umilință. De atunci inima mea a început să petreacă înlăuntrul ei în rugăciune și mintea mea să se îndulcească cu aducerea-aminte a lui Iisus al meu și a Născătoarei de Dumnezeu și să-L am pe Domnul Iisus neîncetat în mine. De atunci, rugăciunea nu s-a oprit niciodată în inima mea". Rugăciunea harică a apărut brusc, pe neașteptate, ca un dar de la Dumnezeu; sufletul preacuviosului era pregătit pentru primirea acestui dar printr-o rugăciune plină de osârdie, de luare-aminte, de smerenie, pe care o făcea neîncetat. Rugăciunea harică n-a rămas în preacuvios fără obișnuitele sale urmări, care sunt cu

totul necunoscute și improprie stării trupești și sufletești.

Apariția îmbelșugată a focului duhovnicesc în inimă, a focului iubirii dumnezeiești, este descrișă de Gheorghe Zăvorâtul din Zadonsk, din proprie experiență. Dar înainte de acest lucru i-a fost trimis darul dumnezeiesc al pocăinței, care i-a curățit din vreme inima pentru dragoste, dar care lucrează ca focul ce nimicește tot ce spurcă curțile Domnului Celui sfânt și puternic și aruncă însuși trupul în neputință. „Sfântul și cel mai presus de ceruri foc — spune Sfântul Ioan Scărarul — pe unii îi arde din cauza nedeplinei curățiri; pe alții, dimpotrivă, îi luminează, ca pe unii ce au atins desăvârșirea. Unul și același foc se numește și foc mistuitor și luminează strălucitoare. Din această cauză unii ies din rugăciunile lor ca dintr-o baie fierbinte, simțind o oarecare ușurare de spurcăciuni și de materie; alții însă ies luminați de lumină și îmbrăcați în veșmântul smereniei și al bucuriei. Iar cei ce nu simt după rugăciunile lor nici una din aceste două lucrări, se roagă încă trupest, iar nu duhovnicește“. Rugăciune duhovnicească se numește aici acea rugăciune care este mișcată de darul dumnezeiesc, iar rugăciune trupească se numește rugăciunea ce se săvârșește de om prin propriile lui silințe, fără conlucrarea arătată a darului. Este necesară rugăciunea din urmă, după cum afirmă același Ioan Scărarul,

pentru ca să fie dăruită, la timpul cuvenit, și rugăciunea harică. Dar prin ce semne se arată venirea rugăciunii harice? Ea își arată venirea prin apariția plânsului celui mai presus de fire, — și omul intră pe poarta sfințeniei dumnezeiești, a inimii lui, în împărtășiri negrăite din darurile harului.

Înainte de a trece la descrierea metodei propuse de Sfinții Părinți, care se referă aproape exclusiv la cei ce se liniștesc, e necesar să-l pregătim întrucâtva pe cititor. Scrierile Părinților se pot asemăna cu o farmacie, în care se află o mulțime de leacuri vindecătoare. Dar bolnavul, care nu cunoaște arta medicală și care nu are pe doctor drept povățuitor, va întâmpina greutăți foarte mari în alegerea medicamentelor ce se cuvin bolii lui. Dacă bolnavul, punându-și nădejdea în sine, se va hotărî cu ușurătate, fără să se informeze temeinic, în lipsa medicului, din cărțile de medicină, să-și aleagă singur și să folosească leacurile, atunci această alegere poate să fie una din cele mai greșite. Leacul, care prin el însuși este vindecător, se poate dovedi nu numai nefolositor, ci și foarte vătămător. În situația asemănătoare unui astfel de bolnav suntem puși noi, din cauză că nu avem povățuitori purtători de Duh în privința scrierilor Sfinților Părinți referitoare la lucrarea tainică a rugăciunii inimii și la urmările ei. Învățătura despre rugăciune, cuprinsă în cărțile Părinților care au ajuns până la noi, este expu-

să pe deplin și cu claritate; dar noi, stând ca niște necunoscători în fața acestor cărți, în care sunt zugrăvite, într-o minunată varietate, lucrarea și starea începătorilor, ale celor de mijloc și ale celor desăvârșiți, ne aflăm în dificultate în momentul alegerii lucrării și stării care ne sunt proprii, care sunt pe măsura noastră. E nespus de fericit cel care va înțelege și va simți această greutate. Mulți, neînțelegând-o, din cauza citirii superficiale a Sfinților Părinți, cunoscând în chip superficial cele propuse de ei, s-au apucat pe cont propriu de o lucrare care nu era pe măsura lor și și-au făcut un mare rău.

În scrierea sa Sfântul Grigorie Sinaitul îi spune lui Longhin, care era foarte sporit, următoarele: „Una este liniștea și alta viețuirea de obște. Dar fiecare se va mântui stăruind în ceea ce a fost chemat. De aceea mi-e teamă să scriu, din cauza celor neputincioși, văzând că trăiești în mijlocul lor; căci tot cel ce se îndeletnicește cu rugăciunea pe baza celor auzite sau învățate din cărți, se pierde, ca unul care nu și-a găsit povătuitor“.

Sfinții Părinți amintesc că mulți, apucându-se în chip necuvios de lucrarea rugăciunii, prin mijloace pentru care ei nu erau copti și de care nu erau în stare, au căzut în înșelarea de sine și în vătămarea minții. Nu numai din citirea cărților Părinților, superficial înțelese, provine cel mai mare rău, ci și din legătura cu cei mai mari plă-

cuți ai lui Dumnezeu, din auzirea sfintelor lor învățături, dar urmate fără discernământ. Așa s-a întâmplat cu monahul sirian Malpas. El a fost ucenicul preacuviosului Iulian. Însoțindu-l la drum pe starețul său, Malpas l-a vizitat pe preacuviosul Antonie cel Mare și s-a învrednicit să audă de la el cea mai înaltă învățătură despre viețuirea monahală, și anume despre mortificare, despre rugăciunea minții, despre curăția sufletului, despre vedere. Neînțelegând cum trebuie învățăturile, aprinzându-se cu o fierbințeală trupească, Malpas a luat asupra sa cea mai severă nevoință, închinându-se într-un loc din care n-a mai ieșit, cu nădejdea să ajungă la înalta stare duhovnicească despre care auzise de la Marele Antonie, pe care a văzut-o și a simțit-o la Marele Antonie. Urmarea unei asemenea lucrări a fost cea mai îngrozitoare înșelare de sine. Înșelarea i-a fost pe măsura puterniceii lui lucrări, iar părerea de sine, care a cuprins sufletul nenorocitului, a făcut ca acest suflet să nu poată veni la pocăință, și din această cauză nici la vindecare, căci Malpas s-a făcut izvoditorul și capul ereziei eutihienilor. O, ce întâmplare amară! O, ce priveliște amară! Un ucenic al unui mare sfânt, auzind învățătura celui mai mare dintre sfinți, în chip lipsit de evlavie și nepotrivit a folosit învățătura în lucrarea lui și a murit duhovnicește, într-o vreme când, mulțumită multor sfinți care erau capabili și să povățuiască și să

vindece, erau foarte puțini cei ce piereau din cauza înșelării. Dacă în vremea când străluceau nenumărate lumini, calea monahismului lăuntric — al celui tainic, al însingurării în rugăciune, al liniștirii minții în inimă — s-a dovedit presărată de primejdii, cu atât mai primejdioasă este această cale în vremea noastră, când cad umbrele unei nopți întunecoase. Luminătorii cerești sunt acoperiți de pâclă și de nori deși. Trebuie să mergem încet, cu mare grijă, pe pipăite.

Citirea cărților Părinților, care sunt puse de Pronia dumnezeiească în fața monahismului din zilele noastre drept călăuze morale, nu este deloc o nevoie neînsemnată. Ca s-o împlinești, e nevoie de lepădare de sine, trebuie să lăsăm grijile vieții, ca să nu mai vorbim de distracții și de plăceri; e nevoie de o viațuire după poruncile evanghelice, e nevoie de o minte și o inimă curate, singurele cu care se cercetează și se înțelege învățătura duhovnicească, sfântă, tainică, a Duhului, potrivit cu treapta de curăție. Acela care a aflat că în vremea de față comoara de mântuire și de desăvârșire creștinească este ascunsă în cuvinte spuse de Sfântul Duh sau sub inspirația Lui, adică în Sfânta Scriptură și în scrierile Sfinților Părinți, să se bucure duhovnicește pentru dobândirea unei cunoștințe în chip esențial folositoare, să se ascundă în întregime de lume într-o viață cu- cernică, „să se ducă și să vândă tot ce are și să

cumpere țarina aceea“ în care este ascunsă mântuirea și desăvârșirea (Mt. 13, 44). Pentru o temeinică cercetare a Scripturii, care se face odată cu lucrarea corespunzătoare, trebuie un timp îndelungat. Numai după o temeinică învățare a Scripturii, cu cea mai mare băgare de seamă, cerând mereu ajutorul lui Dumnezeu prin rugăciuni și lacrimi, din sărăcia cu duhul, ne putem atinge și de acele lucrări care duc spre desăvârșire. Un oarecare călugăr sfânt spunea despre sine că timp de douăzeci de ani a cercetat scrierile Părinților, trăind viață de obște în mănăstire; abia după ce s-a scurs această vreme, el s-a hotărât să treacă și în faptă la lucrarea adâncă monahală, a cărei cunoștință teoretică o dobândise prin citire și, probabil, potrivit obiceiului din acea vreme, din convorbirile cu Părinții sporiți. Sporirea călugărilor prin mijlocirea cărților se face mult mai încet decât prin povățuirea unui îndrumător purtător de Duh. Tot ce s-a scris de fiecare sfânt scriitor vine din așezarea și lucrarea lui harică, potrivit cu structura și activitatea lui. Trebuie să dăm o deosebită atenție acestui lucru. Să nu ne lăsăm răpiți și entuziasmați de o carte scrisă parcă cu foc, care vorbește despre înaltele lucrări și stări, care nu ne sunt proprii nouă. Citirea ei, înfierbântându-ne închipuirea, ne poate vătăma, comunicându-ne o cunoștință și o dorință de nevoie, care să fie pentru noi prematură, nepotrivită și cu neputință de îndeplinit.

Să ne îndreptăm spre acea carte care este pe măsura progresului nostru, cea mai apropiată de starea noastră. Dacă privim astfel lucrurile, atunci cea dintâi lectură a celui care dorește să cunoască nevointa rugăciunii lăuntrice pot fi îndrumările lui Serafim din Sarov, scrierile lui Paisie de la Neamț și ale prietenului său, schimonahul Vasile. Sfințenia acestor persoane și dreapta lor învățatură este în afară de orice îndoială. După ce va cerceta aceste scrieri, se poate îndrepta către cartea preacuviosului Nil Sorschi. Ca număr de pagini, această carte este mică, dar cuprinsul ei duhovnicesc este de o mărime neobișnuită și nu este întrebare cu privire la lucrarea minții care să nu-și afle în ea răspunsul. Totul este expus cu o deosebită simplitate și claritate și mulțumește pe deplin cititorul. Astfel este expus și mijlocul de practicare a rugăciunii lui Iisus. De altfel, întreaga carte este scrisă pentru călugării care sunt deja capabili de liniștire. **Preacuviosul Nil ne sfătuiește să tăcem cu gândul, adică nu numai să nu ne îngăduim să cugetăm ceva păcătos și deșert, ci chiar ceva folositor, să nu cugetăm nici chiar ceva duhovnicesc. În locul oricărui gând, el poruncește să privim neîncetat în adâncul inimii și să spunem: Doamne Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu, miluiește-mă pe mine, păcătosul! Ne putem ruga și stând în picioare și șezând, și culcați; cei tari cu sănătatea și puterile se roagă**

stând în picioare sau șezând; iar cei neputincioși se pot ruga și culcați, pentru că în această rugăciune nu contează nevoința trupului, ci nevoința duhului. Trebuie să dăm trupului o poziție care să-i acorde duhului toată libertatea în ce privește lucrarea care îi este proprie. Trebuie să ținem cont că aici e vorba de lucrarea călugărilor care printr-o îndelungată nevoință trupească și-au pus în ordine cuviincioasă înclinările lor trupești și, ajungând la sporire, au trecut de la nevoința trupească la cea sufletească.

Preacuviosul Nil poruncește să închidem mintea în inimă și să ne reținem după puțină răsuflarea, ca să nu respirăm des. Aceasta înseamnă că trebuie să respirăm foarte încet. În genere, trebuie să reținem toate mișcările sângelui și să ținem sufletul și trupul într-o poziție liniștită, în stare de tăcere, de evlavie și în frica lui Dumnezeu. Fără aceasta nu se poate ivi în noi o lucrare duhovnicească, căci ea se ivește numai atunci când se vor liniști toate mișcările și avânturile sângelui. Experiența ne învață repede că reținerea respirației, adică răsuflarea rară și ușoară, ajută foarte mult la aducerea noastră în starea de liniște și la adunarea minții din rătăcirile ei. „Multe sunt faptele bune, spune Sfântul Nil, fiecare însă cu specificul ei; pe câtă vreme rugăciunea inimii este izvorul tuturor bunătăților; ea adapă sufletul ca pe o grădină. Această lucrare, care

constă în păstrarea minții în inimă, în afară de orice gânduri, este foarte grea pentru cei ce nu au deprins-o. Ea este grea nu numai pentru începători, ci și pentru cei ce o practică de multă vreme, care încă n-au primit și nu au înlăuntrul inimii dulceața rugăciunii ce vine din lucrarea harului. Se știe din practică că această lucrare este foarte grea și incomodă pentru cei neputincioși. Dar dacă se va dobândi harul, atunci rugăciunea se face fără osteneală și cu dragoste, cu mângâierea darului. Când va veni lucrarea rugăciunii, atunci ea atrage mintea spre sine, o umple de bucurie și o eliberează din risipire“. Ca să deprindem modul de săvârșire a rugăciunii propus de preacuviosul Nil Sorschi, e bine să-l unim cu cel al Sfântului Ioan Scărarul, rugându-ne fără nici o grabă. În predarea metodei sale, preacuviosul Nil citează din mulți Părinți ai Bisericii, îndeosebi din Grigorie Sinaitul.

Scrierile preacuviosului Grigorie Sinaitul, adresate celor care au o deplină vrednicie duhovnicească, nu sunt atât de accesibile și clare ca scrierile preacuviosului Nil Sorschi. Deosebirea provine din felul expunerii, din concepțiile din acea vreme despre acest subiect, care nouă ne sunt străine, dar mai ales din sporirea duhovnicească atât a celui care a scris cartea, cât și a celor pentru care s-a scris. Metoda de rugăciune propusă de Grigorie Sinaitul este aproape identică cu cea

propusă de Nil, care, de altfel, a împrumutat învățătura rugăciunii atât din cartea Sinaitului, cât și din convorbirile cu ucenicii Sinaitului, când a vizitat Răsăritul. „Dis-de-dimineată, spune preacuviosul Grigorie, citându-l pe înțeleptul Solomon, seamănă sămânța — adică rugăciunile — și până seara nu odihni mâna ta, pentru ca nu cumva rugăciunea întreruptă să nu lipsească la ceasul când ar putea fi ascultată, deoarece nu știi care va izbuti, aceasta sau aceea“ (Eccl. 11, 6). De dimineată, așezându-te pe un scăunel de înălțimea unei palme, coboară-ți mintea din cap în inimă și ține-o în ea. Aplecându-te apoi cu încordare, ca să simți durere în piept, în umeri și în grumaz, strigă stăruitor cu mintea sau cu sufletul: „Doamne Iisuse Hristoase, miluiește-mă!“. Reține-ți întrucâtva și respirația, ca să nu respiri în voie“. Pentru necesitatea de a ne reține răsuflarea, Sinaitul îi citează pe cuviosul Isaia Pustnicul, pe Ioan Scărarul și pe Simeon Noul Teolog.

„Dacă vrem să găsim fără amăgire adevărul și să-l cunoaștem, spune Sinaitul, atunci să ne silim să avem numai lucrarea inimii, cu totul fără chip, neîngăduind deloc vreo libertate închipuirii, neîngăduind imaginației să schițeze chipul vreunui sfânt oarecare sau al vreunei lumini, pentru că este în obiceiul amăgirii, mai ales la începutul nevoinței, să înșele mintea celor neiscușiți cu astfel de închipuiri mincinoase. Să ne străduim să

avem în inimă numai lucrarea rugăciunii care încălzește mintea și o înveselește, înflăcărand sufletul către negrăita dragoste de Dumnezeu și de oameni. Atunci din rugăciune apare smerenia și nu puțină zdrobire a inimii, pentru că, la începători, rugăciunea este lucrarea Sfântului Duh Care de-a pururi mișcă mintea. Această lucrare la început este asemenea focului care arde înalt din inimă, iar către sfârșit este asemenea unei lumini bine mirositoare“. Sub numele de începători, aici se înțeleg începătorii isihasți; de altfel cartea preacuviosului Grigorie Sinaitul este destinată îndrumării isihasților.

Iarăși spune Sfântul Sinait: „Unii, predând învățătura despre rugăciune, spun să se facă cu gura, iar alții, numai cu mintea; eu însă spun să se facă și cu una și cu alta. Uneori mintea oboșind nu mai poate face rugăciunea, iar alteori obosește gura — și de aceea trebuie să ne rugăm cu amândouă, și cu gura și cu mintea. Totuși trebuie s-o rostim liniștit și fără zgomot, pentru ca glasul să nu tulbure simțurile și luarea-aminte a minții și să nu împiedice rugăciunea. Mintea, obișnuindu-se în lucrare, va spori și va primi putere de la Duhul să se roage cu putere și în orice fel. Atunci ea nu se mai silește să facă rugăciunea cu gura și nici nu mai poate, și toată lucrarea se va face numai cu mintea“. Același sfat îl întâlnim și la Ioan Scărarul, care, în fond, oferă aceeași

metodă, numai că Sfântul Grigorie vorbește despre ea din treapta sa de sporire. Cel ce se îngrijește de rugăciune după metoda Sfântului Ioan Scărarul va ajunge, la timpul cuvenit, la acea stare de rugăciune de care vorbește Sinaitul.

După părerea întemeiată pe practică a Sinaitului, rugăciunea trebuie să conlucreze îndeosebi cu răbdarea. „Liniștitorul, în timpul săvârșirii rugăciunii, din pricina greutății acestei nevoițe, trebuie în cea mai mare parte să șadă, iar uneori, pentru scurt timp, să se culce și pe pat, ca să-i dea trupului o oarecare odihnă. Dar în răbdare trebuie să-ți fie șederea, pentru împlinirea îndemnului că-n rugăciune trebuie să stăruie, și să nu te ridici degrabă, lenevindu-te din pricina osteneții, din cauza chemării ce o face mintea și din cauza unei continue adânciri a minții în inimă.” Căci așa spune Proorocul: „Cuprinsu-m-au durerile, ca pe femeia care naște” (Ier. 8, 21). Ci plecându-ți capul în jos și adunându-ți mintea în inimă, dacă cumva s-a împrăștiat, cheamă în ajutor pe Domnul Iisus. Chiar dacă te dor adeseori umerii și capul, rabdă acest chin cu stăruință și cu râvnă, căutându-L pe Domnul în inimă, pentru că împărăția cerurilor este a celor ce se silesc și cei ce se silesc o răpesc pe ea” (Mt. 11, 12). Domnul a arătat că adevărata sânguință se cuprinde în răbdarea acestor dureri ca și a celor asemănătoare lor. Răbdarea și stăruința în orice lucrare nasc durerile sufletești și trupești.”

Prin cuvântul „durere“, aici se înțelege îndeosebi zdrobirea duhului, plânsul, îndurerarea și suferința pricinuite de simțirea păcătoșeniei proprii, din simțirea morții pentru veșnicie, din simțirea robirii de către duhurile căzute. Suferința duhului se comunică inimii și trupului, ca unele ce sunt strâns legate cu duhul și, potrivit firii, ca unele ce iau parte la stările lui. Pentru cei neputincioși după trup, zdrobirea duhului și plânsul înlocuiesc pe deplin osteneala trupească; dar de la oamenii cu un trup puternic, se cere negreșit o strâmtorare a trupului, căci fără strâmtorarea trupului, inima lor nu va dobândi plânsul fericit, care la cei neputincioși se naște din simțirea și conștiința neputinței lor. Orice lucrare, spune Preacuviosul Grigorie, trupească sau sufletească, care nu are durere sau osteneală, nu aduce nicio dată roade celor ce o săvârșesc, pentru cuvântul spus mai sus, că „Împărăția lui Dumnezeu este a celor ce se silesc și cei ce se silesc o răpesc pe ea“ (Mt. 11, 12). Prin cuvântul „silă“ trebuie înțeleasă osteneala plină de durere. Mulți, în decursul multor ani, se nevoiesc, dar întrucât ei se ostenesc fără durere și fără o caldă osârdie a inimii, petrec fără să fie părtași curăției și Sfântului Duh, ca unii ce au respins durerile cumplite. Cei care săvârșesc lucrarea cu neglijență și lipsiți de vlagă, cu toate că ei cred că se ostenesc din greu, nu culeg roadele lucrării lor, fiind lipsiți de ele din

pricina fugii lor de durere. Martor la cele zise este cel ce spune: „Chiar de ne-am îndeletnici cu viețuiri mărețe, dar inimă îndurerată nu avem, ele nu sunt adevărate și sunt lipsite de folos“ (Scărarul). Așa mărturisește și marele Efrem, care zice: „Ostenindu-te, ostenește-te cu durere, ca să înlături de la tine durerile ostenelilor deșarte. Dacă, potrivit proorocului Isaia, grumajii nu ni se vor topi de slăbiciune, sleiți de nevoința postului, și dacă prin suferințele durerii nu vom zămisli ca femeia care naște prunc, printr-o dureroasă înălțare a inimii, atunci nu vom naște Duhul mântuirii pe pământul inimii, cum ai auzit tu, ci nu vom face decât să ne lăudăm, ca unii ce suntem vrednici de milă și de răs, prefăcându-ne doar că suntem ceva din cauza pustiei nefolositoare și a liniștii slăbănogite. La vremea ieșirii din această viață ne vom cunoaște, fără îndoială, toată roada“.

Învățătura Preacuviosului Grigorie Sinaitul despre suferința care însoțește adevărata lucrare a rugăciunii minții la cei ce se liniștesc poate părea ciudată, după cum a și părut, pentru mintea firească a celor care nu au experiența vieții monahale. Invitându-i pe unii ca aceștia să-și îndrepte atenția către adevărurile câștigate din experiență, trebuie să mărturisim că nu numai lucrarea rugăciunii minții, ci și o atentă citire a scrierilor adânci ale Părinților produce durere de cap. Zdrobirea inimii, din cauza păcătoșeniei descoperite prin

rugăciune, din cauza robiei și morții, este așa de puternică, încât produce în trup suferințe și dureri, de neimaginat pentru cei care nu cunosc nevoia rugăciunii. Când inima se mărturisește Domnului în păcătoșenia ei, în starea ei de sărăcie, atunci trupul se răstignește. „Chinuitu-m-am și m-am gărbovit până în sfârșit, totă ziua mândindu-mă umblam. Că șalele mele s-au umplut de ocări și nu este vindecare în trupul meu. Necăjitu-m-am și m-am smerit foarte; răcnit-am din suspinarea inimii mele“ (Ps. 37, 7-9).

În învățătura Sfântului Grigorie despre rugăciune se observă că el cere ca mintea să se concentreze în inimă. Tocmai aceasta este lucrarea rugăciunii pe care Părinții o numesc „meșteșugită“, pe care ei o opresc la novici și la mireni, pentru care este nevoie de o serioasă învățătură pregătitoare și de care chiar călugării încercați trebuie să se apropie cu cea mai mare evlavie, frică de Dumnezeu și prudență. Poruncind să se concentreze mintea în inimă, preacuviosul adaugă: „dacă ți s-a deschis inima“. Asta înseamnă: unirea minții cu inima este un dar dumnezeiesc, care se dă la timpul său, potrivit cu vrerea lui Dumnezeu, iar nu după voința celui ce se roagă. Darul rugăciunii care se face cu luare-aminte, de obicei, este precedat de mare neliniște și zguduirii sufletești, care coboară duhul nostru în adâncul conștiinței sărăciei și nimicniciei noastre. Darul

lui Dumnezeu este atras prin smerenie și credincioșie față de Dumnezeu, exprimată prin râvna lepădării de toate gândurile păcătoase, chiar din clipa apariției lor. Credincioșia naște curăția. Curăției și smereniei i se înmânează darurile Duhului.

Lucrarea după o anumită metodă a rugăciunii minții este expusă cu o deosebită claritate și deplinătate de fericitul Nichifor, călugăr care s-a liniștit în Sfântul Munte Athos. Cu drept cuvânt numește el lucrarea rugăciunii drept arta artelor și știința științelor, ca una ce procură minții și inimii cunoștințe și simțiri ce izvorăsc din Duhul lui Dumnezeu, în timp ce toate celelalte științe procură numai cunoștințe și impresii omenești. Lucrarea minții este cea mai înaltă școală de teologie. „Aceasta este una din cele mai mari lucrări, spune marele îndrumător către liniștitori, — și de aceea mulți, sau chiar toți, o dobândesc din învățătură. Arareori unii o primesc fără învățătură de la Dumnezeu, printr-o lucrare stăruitoare și prin căldura credinței, dar ceea ce e rar nu este lege. De aceea trebuie căutat un povătuitor neînșelător, ca din învățătura și pilda aceluia să învățăm cele ce cad la dreapta și la stânga atenției, adică ceea ce e prea puțin și ceea ce e prea mult, care vin de la cel rău, de care a pățimit el însuși, fiind ispitit. Scoțându-le pe acestea la iveală, el ne arată în chip neîndoielnic calea duhovnicească și așa o vom străbate cu ușurință. Iar de nu este

povățuitor, trebuie căutat cu osteneală. Și de nu se găsește, chemând pe Dumnezeu întru frângerea duhului și cu lacrimi și rugându-L întru sărăcie, fă ce-ți spun:

Știi că răsuflarea pe care o răsuflăm este aerul acesta. Și îl respirăm nu pentru altceva, ci pentru inimă, căci ea este o pricină a vieții și a căldurii trupului. Deci inima trage aerul ca să-și împingă căldura ei afară prin expirare, iar ei să-și procure o temperatură bună. Iar pricinuitorul acestei lucrări, sau, mai bine zis, slujitor al ei, este plămânu, care fiind zidit de Făcător fără desime, ca niște foi, primește și scoate ușor conținutul lui. Astfel inima, trăgând prin aerul respirat răcoarea la sine și împingând de la sine căldura, păzește fără abatere rânduiala pentru care a fost zidită spre susținerea vieții. Tu deci, șezând și adunându-ți mintea, împinge-o și silește-o, pe calea nărilor pe care intră aerul în inimă, să coboare împreună cu aerul inspirat în inimă. Și intrând acolo, nu-ți vor mai fi fără veselie și fără bucurie cele de după aceea. Și precum un bărbat oarecare, fiind plecat de la casa sa, când se întoarce nu mai știe ce să facă de bucurie că s-a învrednicit să se întâlnească cu copiii și cu nevasta, așa și mintea când se întâlnește cu sufletul se umple de o bucurie și veselie de negrăit. Drept aceea, frate, obișnuiește-ți mintea să nu iasă degrabă de acolo. Căci la început e nepăsătoare, poate din prici-

na închiderii înăuntru și a strâmtorării. Dar după ce se obișnuiește, nu-i mai plac rătăcirile pe afară. Căci „Împărăția cerurilor este în lăuntru nostru” (Lc. 12, 21). Pe aceasta privind-o acolo și cerând-o prin rugăciune curată, toate cele din afară le socotește urâte și neplăcute.

Dacă deci, cum s-a zis, poți intra de la prima încercare în locul inimii pe care ți l-am arătat, mulțumește lui Dumnezeu și slăvește-L și saltă și te ține de lucrarea aceasta pururea. Iar ea te va învăța pe tine cele ce nu le știi. Dar trebuie să știi și aceasta că, ajungând mintea acolo, nu trebuie să tacă și să stea după aceea degeaba. Ci să aibă ca lucru și îndeletnicire neîncetată rugăciunea: „Doamne Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu, miluiește-mă” ! Să nu mai contenească niciodată din aceasta. Căci aceasta, ținând mintea neîmprăștiată, o face să nu poată fi prinsă și atinsă de momelile vrăjmașului și o ridică la dragostea și dorul dumnezeiesc în fiecare zi.

Iar dacă, ostenindu-te mult, o, frate, nu poți totuși intra în părțile inimii, precum ți-am arătat, fă ceea ce-ți spun și cu ajutorul lui Dumnezeu vei afla ceea ce cauți. Știi că partea cugetătoare a fiecărui om este în piept, căci în lăuntru pieptului, tăcând noi cu buzele, vorbim, ne sfătuim cu noi înșine, dăm rând rugăciunilor, psalmilor și altora. Dă-i deci acestei cugetări, depărtând de la ea orice gând — și aceasta o poți dacă vrei —, dă-i

deci pe: „Doamne Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu, miluiește-mă!” și silește-te ca în loc de orice alt gând să strigi pururea în lăuntru aceste cuvinte. Iar ținând aceasta mai multă vreme, ți se va deschide prin aceasta și intrarea inimii, precum ți-am scris, fără nici o îndoială, cum am cunoscut și noi prin cercare. Și îți va veni, împreună cu luarea-aminte mult dorită și plăcută, și toată ceata virtuților, dragostea, bucuria, pacea și celelalte, prin care vei dobândi cererile tale în Hristos Iisus, Domnul nostru“.

Mai întâi, trebuie să observăm aici așezarea sufletească a fericitului Părinte și așezarea sufletească pe care el a văzut-o în călugărul pe care îl povățuia. Acest lucru reiese din cuvintele lui care preced expunerea metodei, din care se vede, potrivit citatului din viața Sfântului Sava, că îndrumarea în privința liniștii inimii — pentru care se înfățișează, ca ceva corespunzător, și liniștea din afară a trupului — se cuvine acelor călugări care au învățat pe deplin pravila vieții monahale, care pot să se lupte cu gândurile ce le stau împotriva și să-și păzească inima. Fericitul Nichifor spune celui pe care îl povățuiește: „Știi că partea cugetătoare a fiecărui om se află în pieptul lui. Acolo, când gura tace, noi vorbim, ne sfătuim cu noi înșine, facem rugăciuni și cântări de psalmi“. Simțirea vădită a părții cugetătoare din pieptul nostru, în așa fel încât să putem face acolo rugă-

ciuni și cântări de psalmi, o au foarte puțini, numai cei sioriți, care s-au ocupat vreme îndelungată cu rugăciunea după metoda Sfântului Ioan Scărarul, cei ce au dobândit o stare statornică de nerisipire și care și-au mișcat duhul, printr-o foarte atentă rugăciune (care aici se numește cugetare), către o totală consimțire cu mintea. La oameni, în starea lor obișnuită, duhul, rănit prin cădere, zace în somnul din care nu se mai trezește, care este asemănător cu moartea; el nu este capabil de exercițiile duhovnicești arătate aici și se poate deștepta numai atunci când mintea se va ocupa mereu și stăruitor cu trezirea lui prin mijlocirea numelui de viață dătător al lui Iisus.

Metoda propusă de fericitul Nichifor este admirabilă. În expunerea ei, cei ce înțeleg lucrarea și acel urcuș treptat prin care ajungem la ea, văd și faptul că dobândirea ei este un dar de la Dumnezeu. Cum însă această metodă este lămurită amănunțit în scrierile lui Calist și Ignatie Xantopol despre rugăciune și liniștire, trecem la comentarea lor.

Sfântul Calist Xantopol, ucenicul preacuviosului Grigorie Sinaitul, a fost călugăr în Sfântul Munte, deprinzând mai întâi viața călugărească în chinovie; abia mai târziu a trecut la viața liniștită. El a învățat rugăciunea minții pe vremea când avea ascultarea de bucătar al mănăstirii. Din cartea scrisă de el se vede limpede că avea și învă-

țătura lumii acesteia. Către bătrânețe, Sfântul Calist a fost ridicat la treapta de patriarh al Constantinopolului. Sfântul Ignatie a fost cel mai bun prieten al lui și părtaș la nevoințele călugărești. Ambii au ajuns la mare sporire în rugăciune. Cartea lor este scrisă numai pentru cei ce se liniștesc. Ei adaugă la metoda expusă de fericitul Nichifor faptul că în timpul întrebuintării lui trebuie să avem gura închisă. Ei spun că începătorul în viața liniștită trebuie să se ocupe cu rugăciunea lui Iisus după metoda fericitului Nichifor, introducând-o neîncetat în inimă, încet, prin mijlocirea respirației pe nas, și tot încet aerul trebuie dat afară, având în acest timp gura închisă. Este foarte important să se cunoască rolul minor pe care sfinții povățuitori ai rugăciunii minții îl acordă mecanismului propus de ei, care, fiind un mijloc material, nu trebuie să fie deloc amestecat cu lucrarea propriu-zisă a rugăciunii, căruia deci nu trebuie să-i dăm o deosebită importanță, ca și cum din el ar decurge progresul rugăciunii. În sporirea rugăciunii lucrează puterea și darul lui Dumnezeu; ele fac totul, iar mijloacele rămân auxiliare de care are nevoie neputința noastră și sunt lepădate ca netrebnice și de prisos, după ce s-a dobândit sporirea. Este foarte primejdios să-ți pui nădejdea în aceste ajutoare, căci astfel cobori la materialitate, la o greșită înțelegere a rugăciunii, lipsindu-ne de înțelegerea ei duhovnicească,

care e singura adevărată. Dintr-o înșelătoare înțelegere a rugăciunii se produce sau lipsa de roade sau un exercițiu vătămător de suflet. „Și să mai știi, frate, un lucru, spun Calist și Iganatie Xantopol, că orice artă și orice pravilă sunt rânduite din cauză că noi nu ne putem ruga curat și nerăspândit, în inimă. Dar când acest lucru se va săvârși prin bunăvoința și darul Domnului nostru Iisus Hristos, atunci noi, lăsând cele multe și felurite chipuri, ne vom uni în chip nemijlocit, mai presus de cuvânt, cu cel ce este Unul, singurul care și unește.“

Din stăruința în rugăciunea inimii, curată și nerăspândită (de altfel ea poate fi în parte necurată și poate să nu fie străină de răspândiri, din cauza gândurilor și amintirilor dobândite mai înainte, care se ridică la luptă împotriva ei), nevoitorul ajunge să se roage fără să se silească, nerisipit, curat și adevărat, adică ajunge într-o astfel de stare, în care mintea petrece în inimă, nu numai se introduce în ea cu constrângere, cu puținătate de suflet, prin mijlocirea inspirației și apoi din nou iese afară; ajunge la momentul în care însăși mintea mereu se îndreaptă către sine, petrece cu dragoste în inimă și se roagă neîncetat. Nevoința rugăciunii minții și inimii „se îndeplinește de către minte prin luminarea ei, care se face cu ajutorul darului dumnezeiesc și din chemarea cu un singur gând, din inimă curată, nerisipită, cu cre-

dintă, a Domnului nostru Iisus Hristos, iar nu prin simpla metodă naturală expusă mai sus, prin inspirația pe nas, sau prin șederea în timpul în-deletnicirii cu rugăciunea într-un loc liniștit și în-tunecos, să nu fie! Acestea au fost statornicite de Sfinții Părinți ca mijloace ajutătoare pentru adu-narea gândurilor din obișnuita lor răspândire, pentru întoarcerea minții spre ea însăși și spre luarea-aminte.

Cel dintâi dintre darurile care se dăruiesc min-ții de către Domnul nostru Iisus Hristos este ne-răspândirea, care se dobândește prin chemarea în inimă a sfântului Său nume cu credință. La aceasta însă ajută întrucâtva și metoda naturală, care mijlocește coborârea minții în inimă pe ca-lea inspirației pe nări, a șederii într-un loc liniștit și neluminat și altele asemenea lor. Cei doi inter-zic cu strictete năzuința timpurie către lucrările care, după sistema duhovnicească a vieții mona-hale, își au fixat un anumit timp. Ei doresc ca monahul să lucreze în rânduiala ce îi este așeza-tă, după legea dată de darul lui Dumnezeu. „Și tu, spun ei, dorind să înveți liniștea care duce spre cer, urmează cu înțelepciune legile așezate și în primul rând iubește cu bucurie ascultarea, apoi liniștea. Așa cum lucrarea este calea spre vedere (contemplare), tot astfel ascultarea e calea către liniște. „Nu muta, cum s-a zis, hotarul stră-vechi pe care l-au pus strămoșii tăi“ (Prov. 22,

28); „vai de cel singur“ (Ecc. 4, 10). În felul acesta, punând o temelie bună începutului, vei putea cu timpul să pui un acoperiș de bună podoabă pe începutul de zidire al Duhului. Căci, precum acolo unde începutul e rău, totul e vrednic de lepădat, tot așa, acolo unde începutul e bun, totul e frumos și bine orânduit, deși uneori se întâmplă și contrariul.“

În genere, este recunoscut că până la dobândirea nerăspândirii, nu cea amăgitoare și de scurtă vreme, ci neconținută și esențială, este de folos să ne exercităm cu rugăciunea lui Iisus în obștea monahală, dând ajutor exercițiului cu rugăciunea prin îndeplinirea poruncilor evanghelice sau, ceea ce e tot una, prin smerenie. Dar după primirea darului nerăspândirii, este îngăduit să te atingi și de liniște. Așa au făcut Sfinții Vasile cel Mare și Grigorie Teologul. Ei, după cuvântul Sfântului Isaac Sirul, s-au ocupat mai întâi cu împlinirea poruncilor statornicite pentru cei ce trăiesc în obște, făcând și rugăciuni corespunzătoare acestei situații; din această stare, mintea lor a început să simtă o nemișcare sau o nerisipire; atunci ei s-au dus în singurătatea pustiei, și acolo s-au ocupat cu lucrarea omului lăuntric și au ajuns la vederea minții. O totală isihie în vremea noastră este grea, aproape imposibilă. Serafim din Sarov, Ignatie Nichiforovschi, Nicandru Babaevschi, călugări care au progresat foarte mult în rugăciunea

minții, petreceau când în liniște, când în obștea călugărilor. Mijlocul liniștirii de care s-a folosit Arsenie cel Mare a fost întotdeauna admirabil, acum trebuie să fie recunoscut ca cel mai potrivit. Acest Părinte păstra mereu tăcerea, nu umbla pe la chiliile fraților, în chilia lui primea doar în cazurile de extremă necesitate, în biserică stătea în dosul unui stâlp, nu scria și nu primea scrisori; în genere, se îndepărta de toate legăturile care ar putea să distragă luarea-aminte, având drept scop al vieții și al tuturor acțiunilor paza luării-aminte. Chipul viețuirii și liniștii prin care marele Arsenie a atins o înaltă treaptă de sporire este foarte lăudat și este propus ca vrednic de urmat de către Sfântul Isaac Sirul, ca un chip foarte comod, bun, înțelept și cu multe roade.

Ca încheiere la citatele scoase din lucrările lui Calist și Ignatie Xantopol, vom aduce părerea lor plină de experiență, care concordă cu părerile celorlalți Sfînți Părinți, că pentru atingerea rugăciunii inimii e nevoie și de multă vreme și de multă silință. „Rugăciunea neîntinată înlăuntrul inimii, spun ei, și atingerea stării mai înalte decât aceasta nu se fac în mod simplu, la întâmplare, cu mică osteneală și în scurt timp — cu toate că și aceasta se poate întâlni din când în când, din neajunsă voie a lui Dumnezeu —, ci în vreme îndelungată, cu osteneală multă, nevoință sufletească și trupească multă și îndelungată silință“.

Potrivit cu înălțimea darului și harului de care nădăjduim să ne împărtășim, trebuie să fie, după putere, și nevoințele noastre pentru ca, potrivit cu tainica învățătură sfântă, să fie izgonit din pășunile inimii vrăjmașul și să se sălășluiască în ea, în chip vădit, Hristos. Sfântul Isaac spune: „Cel ce dorește să-L vadă pe Domnul se îngrijește ca în chip meșteșugit să-și curețe inima prin aducerea-amine de Dumnezeu și în felul acesta prin gândul său luminos va vedea în fiecare ceas pe Domnul“. Și Sfântul Varsanufie zice: „Dacă în lucrarea lăuntrică nu-l va ajuta pe om darul lui Dumnezeu, atunci în zadar se va trudi el din afară. Lucrarea lăuntrică, unită cu străpungerea inimii, aduce curăția, iar curăția aduce adevărată liniște a inimii; cu o astfel de liniște se dobândește smerenia, iar smerenia îl face pe om sălășlul lui Dumnezeu. Iar când se va sălășlui Dumnezeu, atunci fug demonii și patimile, și omul se face templul lui Dumnezeu, plin de sfințenie, plin de lumină, de curăție și de dar. Fericit este acela care Îl vede pe Domnul în vistieria lăuntrică a inimii, ca într-o oglindă, și își revarsă rugăciunea înaintea bunătății Lui, cu lacrimi“. Preacuviosul Ioan Carpatinul zice: „E nevoie de mult timp și de multă nevoie în rugăciune ca să găsim, în așezarea minții în inimă, cerul inimii, unde trăiește Hristos, cum spune Apostolul: „Sau voi singuri nu vă cunoașteți bine că Hristos Iisus este întru voi? Afară numai dacă nu sunteți creștini netrebnici (2 Cor. 13, 5)“.

Noi ne mărginim la aceste citate din Sfinții Părinți, ca unele ce lămuresc în chip mulțumitor lucrarea rugăciunii lui Iisus. Și în alte scrieri ale Părinților este expusă aceeași învățătură. Socotim că e necesar să repetăm, iubiților părinți și frați, că trebuie să fim cu băgare de seamă și să nu năzuim spre scrierile Părinților care tratează despre lucrările și stările călugărești înalte, chiar dacă spre citirea lor ne trage iubirea de cunoaștere și chiar dacă citirea lor produce plăcere și entuziasm. Libertatea noastră, din cauza vremilor, trebuie să fie în mod special mărginită. Când erau îndrumători plini de dar, atunci ispitele începătorilor erau observate și vindecate ușor. Acum însă nu are cine nici să vindece, nici să observe ispitele. Deseori o atracție vătămătoare este privită de îndrumătorii neexperimentați ca o mare sporire; cel ce este ademenit de lucrări nepotrivite este îndemnat spre o lucrare și mai mare. Atracția necuvenită, acționând asupra călugărului și nefiind observată, continuă să lucreze și să-l abată din ce în ce mai mult din calea adevărului. Se poate spune, fără teama de a greși, că cei mai mulți se află în astfel de ispite. Sunt foarte puțini cei ce le-au respins. Iar dintre cei ce nu au fost ispitiți deloc de lucrări nepotrivite nu avem știre. Din această cauză, pentru că scrierile Părinților au rămas unicul mijloc de îndrumare, trebuie să le citim cu mare băgare de seamă și cu mult spi-

rit critic, pentru ca nu cumva unicul mijloc de îndrumare să nu fie transformat în mijloc de necuvenită lucrare și de dezordine. „Vom căuta, spune Sfântul Ioan Scărarul, să alegem un îndrumător nu dintre cei ce sunt înainte-văzători, ci mai degrabă dintre cei cu smerită cugetare“, care corespund mai bine neputinței de care suntem cuprinși, potrivit cu starea morală și cu locul viețuirii.

Același lucru este valabil și pentru cărți, după cum s-a spus și mai sus, și anume: trebuie să alegem dintre ele nu învățăturile cele mai înalte, ci mai degrabă cele mai apropiate de starea noastră, care tratează despre lucrarea proprie nouă. „E un mare rău, a spus Sfântul Isaac Sirul, să dai o învățătură înaltă celui care încă se mai găsește între începători și care, după vârsta duhovnicească, este un prunc“. Omul trupesc și firesc, auzind cuvântul duhovnicesc, îl înțelege potrivit cu starea lui, îl schimbă, îl strâmbă și, urmându-l în sensul lui schimonosit, dobândește o direcție înșelătoare și se ține de această direcție cu încăpățănare ca de o direcție dată de un cuvânt sfânt. Un oarecare stareț a ajuns la desăvârșirea creștină, după deosebita vrere a lui Dumnezeu, pășind potrivit pravilelor liniștii din tinerețele lui. La început, el s-a liniștit într-o pădure din Rusia, trăind într-un bordei săpat în pământ, iar mai târziu în Muntele Athos; după ce s-a întors în Rusia, el a intrat într-o mănăstire cu viață de obște. Mulți

frați, văzând în stareț semnele neîndoielnice ale sfințeniei, i se adresau pentru sfat. Starețul dădea îndrumări scoase din așezarea lui sufletească și vătămă sufletele fraților. Un monah, care îl cunoștea bine pe stareț, i-a spus: „Părinte, tu vorbești fraților despre lucruri și stări care nu sunt pe măsura înțelegerii și stării lor, iar ei, tălmăcind cuvintele tale în felul lor și lucrând astfel, se vătămă“. Starețul îi răspunse cu o sfântă simplitate: „Eu însumi văd acest lucru. Dar ce pot să fac? Eu îi consider pe toți mai presus decât mine și, când mă întreabă, le răspund din starea mea“. Starețul nu cunoștea calea monahală de obște.

Pentru noi, nu numai păcatul este pierzător de suflete, ci este păgubitor chiar binele, când nu-l facem la timp și în măsura cuvenită. În acest fel e vătămătoare nu numai foamea, ci și prisosul de mâncare și calitatea hranei care nu corespunde vârstei și constituției trupești. „Nu pun oamenii vin nou în burduri vechi, altminteria burdufurile crapă: vinul se varsă și burdufurile se strică; ci pun vin nou în burduri noi și amândouă se păstrează împreună“ (Mt. 9, 17). Acest lucru l-a spus Mântuitorul cu privire la lucrarea faptelor bune, care trebuie să corespundă cu starea celui ce le lucrează. Altminteri ele îl vor păgubi pe lucrător și ele însele vor pieri, adică vor fi lucrate într-un chip lipsit de roade, spre vătămarea și pierzarea sufletului, contrar rostului lor.

Afară de mijloacele expuse mai sus mai sunt și alte felurite mijloace care vin în ajutorul începătorilor în lucrarea rugăciunii lui Iisus. Le vom însira pe cele mai importante:

1) Mătăniile sau scara. Mătăniile se compun de obicei dintr-o sută de boabe, iar scara dintr-o sută de trepte, întrucât pravila făcută cu rugăciunea lui Iisus de obicei cuprindea o sută de rugăciuni. Cu mătăniile se numără metaniile, iar călugării, mai ales la început, se îndeletnicesc cu rugăciunea lui Iisus, folosind mătăniile și șezând. Dar când în timpul rugăciunii se va întări luarea-aminte, atunci se curmă folosirea mătăniilor și numărarea rugăciunilor rostite, căci toată atenția se îndreaptă spre rugăciune; 2) E foarte folositor să înveți rugăciunea lui Iisus săvârșind-o cu metanii până la pământ și cu închinăciuni până la brâu, bătând aceste metanii fără grabă și cu simțământul pocăinței, așa cum făcea fericitul tânăr Gheorghe, despre care povestește Sfântul Simeon Noul Teolog în Cuvântul despre credință; 3) La biserică și, în genere, în timpul deprinderii cu rugăciunea lui Iisus e bine să ai ochii închiși și 4) să ții mâna stângă pe piept, deasupra sânelui stâng, puțin mai sus de el. Gestul acesta ajută să simți puterea cugetătoare care se află în piept; 5) Pe isihasți Părinții îi sfătuiesc să aibă o chilie întrucâtva întunecoasă, cu perdelele trase, pentru ferirea minții de răspândire și pentru a-i ajuta să se concentreze asupra inimii; 6) Pe cei ce se li-

niștesc îi sfătuiesc să șadă pe un scaun mic, mai întâi pentru faptul că rugăciunea ce se face cu luare-aminte cere o stare liniștită, apoi după chipul cerșetorului orb amintit în Evanghelie, care, șezând în drum, striga către Domnul: „Iisuse, Fiul lui David, miluiește-mă“ (Mc. 10, 47) și care a fost auzit și miluit. Acest mic scăunel mai închi-puie de asemeni grămada de gunoi pe care a fost aruncat Iov, în afara cetății, când diavolul l-a lovit din tălpi până în creștet cu o boală cumplită. Călugarul trebuie să se vadă desfigurat, sfâșiat de starea lui păcătoasă, scos de ea din starea firească, azvârlit în cea contrară și din această stare de sărăcie duhovnicească să strige către Atotmi-lostivul și Atotputernicul Iisus, Înnoitorul firii ome-nești: Miluiește-mă! Scăunelul mic este foarte co-mod pentru îndeletnicirea cu rugăciunea lui Iisus. Dar nu se exclude nici statul în picioare în tim-pul rugăciunii lui Iisus. Dar întrucât aproape tot timpul adevăratului liniștitor este închinat rugă-ciunii, el este nevoit să se ocupe cu ea și șezând, iar uneori chiar culcat. Mai ales bolnavii și bătrâ-nii trebuie să se ferească de o nevointă trupească de prisos, pentru ca să nu li se sleiască puterile și să nu li se ia puterea de a se ocupa cu nevointa sufletească. Esența lucrării stă în Domnul și în numele Lui. Slăbănogul a fost coborât pe patul său înaintea Domnului prin acoperișul casei și a fost vindecat. Vindecarea este atrasă prin smere-nie și credință; 7) Cei ce se nevoiesc cu lucrarea

minții uneori au nevoie de dușuri cu apă rece sau de un prosop ud pus pe locurile unde adună sângele. Apa trebuie să fie potrivită, iar foarte rece, pentru că aceasta din urmă întărește fierbințeala. În general, ocupațiile intelectuale ridică temperatura în anumite organe. O astfel de fierbințeală simțea preacuviosul avă Dorotei când studia, și se răcorea cu apă. O astfel de temperatură înaltă simt negreșit aceia care se vorforța peste măsură să-și unească mintea cu inima cu ajutorul mijloacelor materiale, acordându-le lor, iar nu mijloacelor duhovnicești, o importanță necuvenită. În timpul efortului fizic deosebit în rugăciunea inimii, începe să lucreze în inimă căldura. Această căldură este o urmare directă a unei asemenea nevoințe. Orice mădular din trupul omenesc, supus frecării, se înfierbântă; același lucru se petrece și cu inima, din cauza încălzirii permanente îndelungate. Căldura ce se ivescete dintr-o nevoință forțată, fizică, este de asemenea fizică, este căldură trupească, de sânge, de domeniul firii căzute. Un nevoitor fără multă experiență, simțind această căldură, va crede că are o semnificație aparte, va găsi în ea plăcere, o îndulcire, în care este începutul înșelării de sine. Nu numai că nu trebuie să credem că această căldură are ceva deosebit, ci, dimpotrivă, trebuie să luăm măsuri speciale de prudență atunci când apare ea. Prudența este necesară din cauză că această căldură, ca una ce provine din sânge, nu

numai că trece prin felurite locuri din piept, ci poate coborî foarte ușor în părțile inferioare ale pântecelui și să producă în ele cea mai puternică înfocare. Firește că odată cu aceasta începe să lucreze pofta trupească, care este proprie acestor părți în starea de înfocare. Unii, ajunși în această stare și neînțelegând ce se petrece cu ei, s-au lăsat în brațele tulburării, ale urâtului, ale deznădejdiei, după cum este cunoscut din experiență. Recunoscându-și neputința, au dat fuga la stareți vestiți căutând în sfaturile lor un leac pentru suferințele lor sfâșiate de amărăciune și de nedumire. Stareții, aflând că, în timpul chemării numelui lui Iisus, a apărut înfierbântare unită cu lucrarea poftelor, s-au îngrozit de cursele vrăjmașului diavol. Ei nu au înțeles însă că aici e o mare înșelare. Pe cei ce sufereau de această boală i-au oprit de a se mai îndeletnici cu rugăciunea lui Iisus, crezând că ea era pricina răului. Multor nevoitori le-au arătat că aceasta este o consecință jalnică a îndeletnicirii cu rugăciunea lui Iisus, care trebuie cunoscută ca atare. Și ei au crezut, din respect pentru renumele stareților și pentru că sfatul acesta părea că provine din însăși experiența lor, în timp ce această grozavă înșelare nu era altceva decât revărsarea sângelui produsă de întrebuițarea mijloacelor materiale în mod forțat și grosolan. Această revărsare se poate ușor vindeca în două-trei zile prin comprese reci aplicate

pe părțile înfierbântate cu ajutorul unei pânze îmbibate cu apă caldută.

Mult mai periculos și mult mai înșelător este când nevoitorul, simțind căldura ce provine din sânge, în inimă sau în piept, o va socoti drept o căldură harică, își va face o părere înaltă despre ea și, din această cauză, va crede că el însuși e vrednic de ceva înalt, va începe să-și împletească plăceri, să se întunece, să se înșele, să se încurce, să se piardă prin părerea de sine. Cu cât eforturile sunt mai mari și mai încordate la cel ce se nevoiește după trup, cu atât căldura ce vine din sânge se aprinde mai tare. Acest lucru așa și trebuie să fie! Ca să potolim această căldură, că să împiedicăm căderea ei în jos, nu trebuie să silim cu forța mintea să coboare în inimă, nici să împovărăm inima, încordând-o și înfierbântând-o printr-o îndelungată reținere a respirației; dimpotrivă, trebuie să reținem ușor și respirația și mintea trebuie să o aducem spre unirea cu inima foarte încet; trebuie să ne străduim ca rugăciunea să lucreze în partea cea mai de sus a inimii, acolo unde petrece, după învățătura Părinților, puterea cugetătătoare și unde, din această pricină, trebuie să se facă slujba dumnezeiească.

Când darul dumnezeiesc va lumina nevoința rugăciunii și va începe să unească mintea cu inima, atunci căldura materială ce pornește din sânge va dispărea cu totul. Lucrarea sfântă a rugăciunii se schimbă atunci pe deplin; ea devine

parcă firească, cu totul liberă și ușoară. Atunci apare în inimă o altă căldură, subțire, nematerială, duhovnicească, care nu produce nici un fel de înfocare ci, dimpotrivă, răcorește, luminează, rozează; care acționează ca un balsam duhovnicesc, care unge cu ungerea care te trage spre iubirea de Dumnezeu și de oameni. Așa vorbește despre această căldură preacuviosul Maxim Căsoalivitul din fericita sa experiență.

Dau părinților și fraților un sfat smerit, rugându-i să nu-l respingă, și anume: nu vă străduiți înainte de vreme să aflați în voi lucrarea rugăciunii inimii. E nevoie de o mare atenție, plină de cumințenie, mai ales în vremea noastră, când e aproape cu neputință să întâlnești un îndrumător care să-i mulțumească pe toți, când nevoitorul trebuie să se strecoare singur, pe pipăite, sub îndrumarea scrierilor Sfinților Părinți, spre vistieria cunoștinței celor duhovnicești și tot pe pipăite, singur, să aleagă din ele ceea ce i se potrivește. Ocupați-vă cu rugăciunea lui Iisus o dată cu viețuirea după poruncile evanghelice, după metoda Sfântului Ioan Scărarul, urmând rugăciunea cu lacrimi, având drept început și scop al rugăciunii pocăința. La timpul potrivit, pe care Dumnezeu îl știe, se va deschide de la sine lucrarea rugăciunii inimii. O astfel de lucrare, ce se descoperă prin atingerea degetului lui Dumnezeu, este mai înaltă decât cea care se atinge prin efort stăruitor, prin

mijloace fizice. E mai înaltă în mai multe privințe, și anume: e mult mai cuprinzătoare, mai îmbelșugată; e pe deplin lipsită de primejdii din partea înșelării și din partea altor vătămări; cel ce primește darul în acest fel vede în primirea lui numai mila lui Dumnezeu, darul lui Dumnezeu; cel ce îl dobândește în chip silit, prin întrebuințarea mijloacelor materiale, primind darul lui Dumnezeu, nu poate să nu acorde nevoinei sale, mijloacelor mecanice ale rugăciunii, o anumită importanță. Iar aceasta este o ispită subțire a cugețului, un neajuns, o piedică și piatră de poticnire pe drumul sporirii duhovnicești. Pentru sporirea duhovnicească nu există nici sfârșit, nici hotar. A-ți pune nădejdea, cât de puțin, în altceva în afară de Dumnezeu, poate opri sporirea, ale cărei hățuri, picioare și aripi sunt sigură credința în Dumnezeu. „Pentru cel credincios Hristos este totul“, a spus Sfântul Marcu.

Dintre cei ce au întrebuințat cu o deosebită grijă mijloacele materiale ce ajută la rugăciune au ajuns la sporire foarte puțini; foarte mulți s-au dezechilibrat și s-au vătămat. Când ai un îndrumător experimentat, întrebuințarea ajutoarelor materiale este mai puțin primejdioasă; dar când te conduci după cărți, e foarte periculos, din pricina lesnicioasei căderi, datorită necunoștinței și nechibzuinței, în înșelare și în alte feluri de dezechilibru sufletesc și trupesc. Astfel unii, văzând

urmările rele ale nevoinței fără chibzuință și având despre rugăciunea lui Iisus și despre fenomenele care o însoțesc doar o înțelegere superficială și vagă, au atribuit aceste urmări nu necunoștinței și nechibzuinței, ci chiar prea sfintei rugăciuni a lui Iisus. Poate fi, oare, ceva mai trist, mai jalnic decât această hulă, această înșelare?

Sfinții Părinți, învățându-ne rugăciunea inimii, nu ne-au arătat exact în care parte a inimii trebuie să se facă ea, poate pentru că în acele vremuri nu se simțea nevoia acestei îndrumări. Sfântul Nichifor spune, ca despre ceva cunoscut, că partea cugetătoare se află în piept și că atunci când se va deștepta partea cugetătoare către părtășia cu rugăciunea, în urma ei se va deștepta și inima. Pentru cel care cunoaște ceva în amănunt și cu temei, e greu să prevadă și să avertizeze prin dezlegarea tuturor întrebărilor care se nasc dintr-o totală necunoștință; căci acolo unde necunoștința vede întuneric, pentru știință nu e nimic nelămurit. În vremurile care au urmat, neclaritățile din scrierile Părinților în ce privește inima au prilejuit numeroase nedumeriri și lucrarea greșită a rugăciunii la cei care, neavând un îndrumător și necercetând cu grijă cuviincioasă scrierile Părinților, pe temeiul celor citite în grabă și înțelese în chip superficial, s-au hotărât să se ocupe cu rugăciunea lui Iisus, punându-și toată nădejdea în mijloacele materiale. În felul acesta a devenit o necesitate lămurirea clară a acestui subiect.

Inima omenească are înfățișarea unui săculeț prelung, care se lărgeste în partea de sus, iar în jos se îngustează. Spre capătul de sus, care se află în dreptul sânelui stâng, ea este lipită, iar în partea de jos, ce se coboară către capătul coastelor, este liberă; când se pune în mișcare, această mișcare se numește bătaie. Mulți, neavând nici o înțelegere despre alcătuirea inimii, își recunosc inima acolo unde îi simt bătaia. Apucându-se după capul lor de exercițiul cu rugăciunea inimii, ei își îndreaptă respirația, introducând-o în inimă, spre această parte a inimii, și o aduc într-o stare de înfocare trupească, în care bătaia inimii se întetește foarte mult. Ei nu obțin astfel decât o stare de nevrednică înșelare. Schimonahul Vasile și starețul Paisie Velicicovschi arată că mulți din contemporanii lor s-au vătămat întrebuițând rău mijloacele fizice ale rugăciunii. Și în timpurile din urmă nu au fost puține exemple de dezordine pricinuită de o astfel de lucrare; ele se întâlnesc până în ziua de astăzi, cu toate că înclinarea spre exercițiul cu rugăciunea lui Iisus s-a micșorat până la extrem. Este cu neputință să nu le întâlnim, căci ele sunt o urmare sigură a necunoștinței, a rânduielii de sine, a părerii de sine, a osârdiei nefăcute la timp, cu mândrie, în sfârșit, a desăvârșitei împuținări de îndrumători experimentați.

Schimonahul Vasile, citând pe Sfântul Teofilact și pe alți Părinți, afirmă că cele trei puteri ale

sufletului, puterea cugetătoare, puterea voinței și puterea dorinței, sunt așezate astfel: în piept și în partea de sus a inimii, este prezentă puterea cugetătoare sau duhul omului; în cea de mijloc, puterea râvnei; în cea de jos, puterea dorinței sau pofta firească. Cel ce stăruie să pună în mișcare și să înfierbânte partea de jos a inimii, pune în mișcare puterea poftei, care, din pricină că e în apropiere de organele sexuale și din pricina însușirii sale, pune în mișcare aceste organe. Acestei întrebuițări grosolane a ajutoarelor materiale îi urmează cea mai puternică înfocare a poftei trupești. Ce ciudată situație! În aparență, nevoitorul se ocupă cu rugăciunea, dăr lucrarea lui dă naștere poftei, care ar fi trebuit să moară; din această îndeletnicire care folosește rău mijloacele auxiliare fizice și din necunoștință, atribuie rugăciunii lui Iisus ceea ce ar trebui să atribuie unei rele lucrări.

Rugăciunea inimii se produce prin unirea minții cu duhul, separate prin cădere și care se unesc prin darul răscumpărării. În duhul omenesc sunt concentrate conștiința, cugetarea, simțămintele — iubirea de Dumnezeu și de aproapele și altele asemănătoare. Trebuie ca în timpul rugăciunii lucrarea acestor puteri ale duhului să se unească cu lucrarea minții. Spre acest lucru trebuie să ne îndreptăm toată atenția când facem rugăciunea. Unirea se face prin degetul lui Dumnezeu, singu-

rul care poate vindeca rana căderii, iar săvârșitorul rugăciunii își arată voința sa sinceră de a primi vindecarea printr-o permanentă petrecere în rugăciune, prin închiderea minții în cuvintele rugăciunii, prin lucrarea din afară și lăuntrică potrivit cu poruncile evanghelice, care fac ca Duhul să se poată uni cu cel ce se roagă cu mintea. Odată cu acestea ajută întrucâtva îndreptarea minții, după o anumită metodă, spre partea cuge-tătoare și spre vârful inimii. În general încordarea este de prisos în timpul întrebuițării acestui mijloc auxiliar, ea deșteptând o căldură materială care este vătămătoare, căci căldura trupului și a sângelui nu trebuie să-și aibă locul în rugăciune.

Din cauza lucrării mântuitoare de suflet pe care o exercită asupra noastră rugăciunea în genere și aducerea-aminte de Dumnezeu sau rugăciunea lui Iisus, în special, ca unele ce sunt niște mijloace de petrecere într-o neconținută unire cu Dumnezeu și într-o necurmată îndepărtare a nă-vărilor vrăjmașe, ele sunt în chip deosebit urâte de diavol. Cei ce practică rugăciunea cu numele Domnului Iisus sunt supuși unor deosebite prigoniri din partea diavolului. „Toată nevoința și toată grija potrivnicului nostru, spune cuviosul Macarie cel Mare, este să întoarcă gândul nostru de la aducerea-aminte de Dumnezeu și de la dragostea față de El; pentru aceasta el întrebuițează înșelăciunile lumii și ne abate de la adevăratul bine către bunătățile aparente și inexistente“.

Din această pricină cel ce și-a închinat viața unei adevărate slujiri a lui Dumnezeu, neîncetatei pomeniri a lui Iisus, trebuie în mod special să se păzească de răspândirea gândurilor, să nu-și îngăduie deloc vorbiri deșarte în gândurile lui, ci, nedând nici o atenție gândurilor ce se ivesc și în chipuirilor, să se întoarcă neîncetat spre rugăciunea cu numele lui Iisus ca la un liman, încredințat că Iisus se îngrijește în chip neadormit de acel rob al Său care se găsește neconținut lângă El, cu o neadormită aducere-aminte de El. „Viclenii decăută să-l tulbure pe lucrătorul duhovnicesc prin ei înșiși, iar ziua prin oameni, înconjurându-l cu clevetirile, cu defăimările și cu relele întâmplări“. Această tactică în războiul drăcesc va fi repede observată în practică de orice făptuitor al rugăciunii. Demonii ispitesc prin gânduri, prin vedenii, prin amintiri despre obiectele cele mai necesare, prin cugetări ce par duhovnicești, prin deșteptarea grijilor, prin felurite temeri și prin alte apariții. În timpul tuturor războaielor diavolești simțirea tulburării este întotdeauna un semn evident al apropierii duhurilor căzute, chiar dacă lucrarea produsă de ei ar avea aparența dreptății. În fața nevoitorilor ce se roagă în singurătate și cu putere, demonii apar în chipul arătărilor înfricoșătoare, în chipul obiectelor ce produc smin-teală, uneori în chipul îngerilor luminoși, al mucenicilor, al preacuvioșilor și al lui Hristos însuși.

Nu trebuie să ne temem de înfricoșările drăcești, ci față de toate aparițiile, în general, trebuie să fim foarte circumspecți. În asemenea cazuri, care de altfel nu sunt rare, cea dintâi datorie a noastră este să alergăm către Dumnezeu, predându-ne în întregime voii Lui și cerându-I ajutorul. Să nu dăm crezare arătatilor și să nu intrăm în vorbă cu ele, socotindu-ne neputincioși față de duhurile vrăjmașe și nevrednici pentru o legătură cu duhurile sfinte.

Un adevărat nevoitor al rugăciunii, plăcut lui Dumnezeu, este supus unor deosebite prigoniri și necazuri de la frații săi, de la oameni și în aceasta, după cum am spus, principalii autori sunt demonii. Ei întrebuintează ca pe niște arme proprii atât pe oamenii care și-au unit lucrarea lor cu lucrarea demonică, cât și pe cei care nu înțeleg războiul diavolesc și care din această cauză devin ușor de mânuit, și chiar și pe aceia care, înțelegând viclenia vrășmașului, nu sunt suficient de atenți față de ei, nu sunt prudenți și se lasă înșelați. Exemplul cel mai uimitor și mai îngrozitor, care arată de ce ură grozavă față de Dumnezeu, față de cuvântul Domnului, față de Duhul lui Dumnezeu se pot molipsi oamenii care își unesc duhul lor cu demonii, este cel dat de mai-marii preoților, de bătrânii, cărturarii și fariseii care au comis cea mai mare crimă dintre toate crimele omenești — uciderea Fiului lui Dumnezeu.

Sfântul Simeon Noul Teolog spune că, prin insuflarea demonilor, călugării care petrec o viață fățarnică îi invidiază pe adevărații nevoitori și fac totul ca să-i dezechilibreze sau să-i izgonească din mănăstire. Până și călugării cu intenții bune, care duc o viață de îndeplinire a poruncilor evanghelice, dar fără a avea idee despre viețuirea duhovnicească, găsesc că purtarea lor e ciudată, îi osândesc și îi vorbesc de rău, le fac felurite ne-cazuri și strâmtorări. Marele făptuitor al rugăciunii lui Iisus, fericitul stareț Serafim din Sarov, a îndurat multe neplăceri din partea confrăților săi, care priveau monahismul în chip grosolan și trupesc, pentru că cei ce înțeleg Legea lui Dumnezeu în chip trupesc și vor s-o împlinească numai prin faptele din afară, fără o nevoință lăuntrică, „nu înțeleg nici cele ce spun, nici cele pentru care dau adevărate” (I Tim. 1, 7). „Pășind pe calea lăuntrică a vieții contemplative, ne îndrumăm și ne mângâie Serafim, culegându-și îndrumările și mângâierile din experiența sa duhovnicească, nu trebuie să slăbim, nu trebuie s-o părăsim pentru că oamenii care sunt lipsiți de cele din afară și simțite ne lovesc prin părerile lor potrivnice în însăși simțirea inimii și se străduiesc pe orice cale să ne abată de la pășirea pe calea lăuntrică, punându-ne în drumul nostru diferite piedici. Nu trebuie să ne clătinăm de nici un fel de împotrivire, atunci când mergem pe această

cale, întărindu-ne în acest caz pe cuvântul lui Dumnezeu: „De ceea ce ei se tem, voi să nu vă temeți și nici să vă înfricoșați, căci cu noi este Dumnezeu. Numai pe Domnul Dumnezeuul nostru să-L slăvim” — cu aducerea-aminte de El prin chemarea numele Lui dumnezeiesc ce se face în inimă —, „de El să vă temeți și de El să vă înfricoșați” (Is. 8, 13).

Când cuviosul Grigorie Sinaitul — pe care pro-
nia lui Dumnezeu l-a întrebuințat în veacul al
XIV-lea drept instrument de restabilire a lucrării
minții printre călugări — a sosit în muntele Athos
și a început să comunice cunoștința cea de Dum-
nezeu dăruită, nevoitorilor plini de râvnă, dar
care înțelegeau slujba lui Dumnezeu numai tru-
pește, la început aceștia s-au împotrivit cu tărie,
atât de ciudată părea învățătura despre nevointa
duhovnicească pentru cei ce nu aveau nici o
idee despre existența ei, pentru cei ce dădeau
nevoinei trupești o însemnătate care nu i se cu-
venea. Lucrarea minții apare ciudată pentru o
mintе trupească și sufletească mai ales când ea
este plină de părerea de sine și de otrava ereziei.
Atunci ura duhului omenesc, intrat în legătură cu
satana, față de Duhul lui Dumnezeu se exprimă
cu o furie monstruoasă.

Ca să lămurim acest lucru și, în general, ca să
înfățișăm în chip vădit cum o minte trupească și
sufletească înțelege toate cele duhovnicești în

chip schimonosit, cum le strâmbă potrivit cu întinericul căderii în care se află, în ciuda învățaturii sale lumești înalte, vom expune aici pe scurt vorbele rele împotriva lucrării minții rostite de monahul latin Varlaam și alți câțiva scriitori apuseni. Prea Sfințitul Inochentie povestește în Istoria Bisericii că Varlaam, monahul din Calabria, a venit la Tesalonic în veacul al XV-lea și, ca să lucreze în folosul Bisericii de Apus sub acoperirea ortodoxiei, el s-a lepădat de latinitate. După ce a scris câteva lucrări care dovedeau dreptatea Bisericii de Răsărit, s-a învrednicit de cuvinte de laudă și de încrederea împăratului Cantacuzin. Dar știind că monahismul grec este cel mai însemnat sprijin al Bisericii, el a vrut să-l slăbească, chiar să-l sfărâme, ca să se clatine toată Biserica. Cu acest scop, el și-a exprimat dorința să ducă cea mai aspră viață călugărească și l-a înduplecat cu vicleșug pe un pustnic din Athos să-i descopere metoda rugăciunii lui Iisus. Primind ceea ce dorea și înțelegând în chip superficial, fără tâlcul lor ascuns, cele descoperite, Varlaam a luat mijloacele auxiliare fizice pe care Părinții, după cum am văzut, le numesc un ajutor oarecare, drept unica esență a lucrării, iar vedeniile duhovnicești le-a luat drept vedenii materiale, văzute numai de ochii trupești. El a raportat acest lucru Împăratului, ca pe o mare rătăcire. A fost adunat un sinod la Constantinopol. Sfântul Grigorie Palama, călugăr din Athos și un mare făptuitor al rugăciu-

nii minții, a intrat în dispută cu Varlaam și, cu puterea lui Dumnezeu, l-a biruit. Varlaam și hulele lui au fost date anatemei. El s-a reîntors în Calabria și la Biserica latină, lăsând pe mulți greci, care erau creștini superficiali, convinși de învățătura sa; Apusul a primit hulele și calomniile lui ca pe o mărturisire a adevărului. Istoricul Fleri, pomenind lucrarea lui Varlaam, concentrează, asemenea lui, toate lucrările minții în mijloacele materiale, denaturându-le. Fleri citează, cu privire la aceste mijloace, un fragment din Cuvintele Sfântului Simeon Noul Teolog despre cele trei feluri de rugăciune, care se află în Filocalie, și afirmă, ca și cum aceasta ar fi învățătura lui Simeon, că toată lucrarea rugăciunii constă în ațintirea gândului și a privirii spre mijlocul pântecelui, adică spre buric, cu reținerea totală a respirației! Ar fi greu de crezut că învățatul Fleri a admis o asemenea absurditate, dacă ea nu s-ar găsi în paginile Istoriei lui. Bergie, un alt scriitor foarte învățat, spune că monahii greci, dintr-o prea puternică înclinare spre contemplare, și-au pierdut dreapta judecată și au căzut în fanatism (în înșelare). Ca să ajungă în stare de extaz, ei își aținteau ochii în buric, reținându-și respirația, și atunci li se părea că văd o lumină strălucitoare și altele de acest fel. Denaturând chipul rugăciunii minții practicate în Biserica de Răsărit, latinii nu s-au oprit aici, la batjocorirea stării harice produse de rugăciune, dar au și hulit cu privire la lucrarea

Sfântului Duh. Cu un sentiment de durere, iar nu cu osândire, ne vom întoarce atenția de la absurditățile rostite de ei, lăsând la judecata lui Dumnezeu calomniile și hulele ereticilor.

Iată ce spune despre vederea luminii lui Hristos fericitul făptuitor al rugăciunii lui Iisus, Serafim din Sarov: „Ca să privești și să vezi în inimă lumina lui Hristos, se cuvine pe cât se poate să ne abatem atenția de la obiectele văzute. Curățindu-ne mai întâi sufletul prin pocăință, prin fapte bune și prin credința în Cel ce s-a răstignit pentru noi, să închidem ochii trupești, să cufundăm mintea în lăuntrul inimii, de unde să strigăm numele Domnului nostru Iisus Hristos. Atunci, după măsura râvnei și a înflăcărării duhului pentru Cel iubit, omul găsește o îndulcire în chemarea numelui, care trezește dorința să căutăm o lumină mai înaltă. Când printr-un asemenea exercițiu mintea se va uni cu inima, atunci va străluci lumina lui Hristos, luminând templul sufletului cu razele sale dumnezeiești, cum spune proorocul Maleahi: „Iar pentru voi, cei ce cinștiți numele Meu, răsări-va soarele dreptății“ (3, 20). Această lumină este totodată și viață, potrivit cuvântului evanghelic: „în El era viața și viața era lumina oamenilor“ (In. 1, 4).

Din acestea se vede, contrar înțelegerii lui Varlaam de Calabria și a latinilor, că această lumină nu este materială, ci duhovnicească, că ea deschide ochii sufletești și este contemplată de ei, cu

toate că totodată acționează și asupra ochilor tru-
pești, cum s-a întâmplat cu Sfântul Apostol Pavel
pe drumul Damascului. Cuviosul Macarie cel
Mare, expunând amănunțit și cu o deosebită cla-
ritate învățătura despre această lumină în Cuvân-
tul al 7-lea, spune că: „ea este o iluminare esen-
țială în suflet din puterea Sfântului Duh; prin ea
se descoperă orice cunoștință și sufletul cunoaște
cu adevărat pe Dumnezeu cu vrednicie și cu dra-
goste“. În acord cu Marele Părinte mărturisesc
toți Sfinții Părinți ai Bisericii de Răsărit, care cu-
nosc desăvârșirea creștină din experiență și care
o zugrăvesc în scrierile lor în termeni proprii
acestei taine, care nu poate fi descrisă în termenii
naturii noastre materiale. E bine să se știe că în-
noirea firii este rodul unei rugăciuni curate și ne-
răspândite, că înnoirea firii se câștigă și se împo-
dobește prin darurile harului dumnezeiesc. Dar
năzuința înainte de vreme spre dobândirea aces-
tor daruri, când, după îndemnul părerii de sine,
nevoitorul nu așteaptă cu răbdare bunăvoința lui
Dumnezeu, este extrem de vătămătoare și duce
numai la înșelare. Din această cauză toți Părinții
vorbesc foarte pe scurt despre darurile harului,
dar vorbesc foarte amănunțit despre dobândirea
rugăciunii curate, ale cărei urmări sunt darurile
harice. Nevoința rugăciunii are nevoie de o în-
drumare făcută cu grijă, iar darurile harice apar
de la sine, ca niște însușiri ale firii înnoite, când

toate că totodată acționează și asupra ochilor tru-
pești, cum s-a întâmplat cu Sfântul Apostol Pavel
pe drumul Damascului. Cuviosul Macarie cel
Mare, expunând amănunțit și cu o deosebită cla-
ritate învățătura despre această lumină în Cuvân-
tul al 7-lea, spune că: „ea este o iluminare esen-
țială în suflet din puterea Sfântului Duh; prin ea
se descoperă orice cunoștință și sufletul cunoaște
cu adevărat pe Dumnezeu cu vrednicie și cu dra-
goste“. În acord cu Marele Părinte mărturisesc
toți Sfinții Părinți ai Bisericii de Răsărit, care cu-
nosc desăvârșirea creștină din experiență și care
o zugrăvesc în scrierile lor în termeni proprii
acestei taine, care nu poate fi descrisă în termenii
naturii noastre materiale. E bine să se știe că în-
noirea firii este rodul unei rugăciuni curate și ne-
răspândite, că înnoirea firii se câștigă și se împo-
dobește prin darurile harului dumnezeiesc. Dar
năzuința înainte de vreme spre dobândirea aces-
tor daruri, când, după îndemnul părerii de sine,
nevoitorul nu așteaptă cu răbdare bunăvoința lui
Dumnezeu, este extrem de vătămătoare și duce
numai la înșelare. Din această cauză toți Părinții
vorbesc foarte pe scurt despre darurile harului,
dar vorbesc foarte amănunțit despre dobândirea
rugăciunii curate, ale cărei urmări sunt darurile
harice. Nevoința rugăciunii are nevoie de o în-
drumare făcută cu grijă, iar darurile harice apar
de la sine, ca niște însușiri ale firii înnoite, când

această fire, după curățirea prin pocăință, va fi sfințită prin lumina Duhului.

Starețul Paisie Velicicovschi, care a trăit către sfârșitul veacului al XVIII-lea, a scris despre rugăciunea lui Iisus, împotriva hulelor rostite de un oarecare monah, contemporan cu el: „În zilele noastre, spune Paisie în scrisoarea sa către starețul Teodosie, un oarecare monah, plin de înțelepciune deșartă, văzând că unii dintre cei care râvneau spre lucrarea acestei rugăciuni au fost înșelați — din cauza rânduiei de sine și din cauza unor povățuitori nepricepuți —, n-a înțeles pricina înșelăciunii, ci a hulit împotriva acestei sfinte rugăciuni, atâtat de diavol în așa măsură, încât a întrecut pe cei de trei ori blestemați eretici, Varlaam și Achindin. Netemându-se de Dumnezeu și nerușinându-se de oameni, el a proferat hule îngrozitoare și nerușinate împotriva acestei sfinte rugăciuni, împotriva râvnitorilor și înfăptuitorilor ei, hule de nesuportat pentru auzul unui om înțelept. Pe deasupra, el a iscat o prigoană așa de mare împotriva râvnitorilor acestei rugăciuni, încât unii din ei, lăsând toate, au venit în țara noastră și duc aici o viață pustnicească plăcută lui Dumnezeu. Alții însă, fiind slabi de minte, au ajuns până la o așa nebunie din pricina cuvintelor filosofului, încât, după cum am auzit, au aruncat în apele unui râu, agățate de o cărămidă, chiar cărțile Părinților pe care le aveau la ei. Hu-

lele lui au căpătat atâta putere, încât unii stăreți au interzis citirea cărților Părinților, cu amenințarea de a-i lipsi de binecuvântare din pricina acestei citiri. Filosoful, nemulțumindu-se cu hula rostită cu gura, și-a pus în gând să-și aștearnă hulele pe hârtie; atunci, lovit de pedeapsa lui Dumnezeu, el a orbit, și astfel s-a curmat încercarea lui nebunească de a lupta cu Dumnezeu“.

În general, mintea celui trupesc, oricât de bogată ar fi în înțelepciunea lumii, privește cu răutate și sălbăticie la rugăciunea minții. Ea fiind un mijloc de unire între duhul omului și Duhul lui Dumnezeu, tocmai de aceea este în chip special urâtă de cei care și-au unit duhul cu duhurile căzute, lepădate, vrăjmașe ale lui Dumnezeu, care nu-și recunosc căderea, ci se mândresc cu ea, ca și cum ar fi o stare de mare înălțare. „Cuvântul crucii“, vestit prin gurile Apostolilor tuturor oamenilor, „pentru cei ce pier, este nebunie“; el trece drept nebunie când se vestește de către minte inimii și întregii ființe a omului vechi, prin rugăciune; dar pentru cei ce se mântuiesc „este puterea lui Dumnezeu“ (1 Cor. 1, 18). Elinii, care nu au cunoscut creștinismul, și cei care s-au întors de la creștinism la elenism caută, potrivit cu așezarea lor sufletească, înțelepciune în rugăciunea minții și găsesc nebunie; dar adevărații creștini, neputincioși și neînsemnați în aparență, prin nevoința rugăciunii minții Îl dobândesc pe „Hristos,

puterea lui Dumnezeu și înțelepciunea lui Dumnezeu. Pentru că nebunia lui Dumnezeu este mai înțeleaptă decât înțelepciunea oamenilor și slăbiciunea lui Dumnezeu e mai puternică decât tăria lor" (1 Cor. 22-25).

Nu e de mirare că și învățații noștri, neavând idee despre rugăciunea minții după predania Bisericii Ortodoxe, ci citind despre ea numai în scrierile apusene, au repetat hulele și absurditățile acestor scriitori. Prietenul duhovnicesc al starețului Paisie Velicicovschi pomenește și de alți călugări contemporani cu el care au respins îndelnicirea cu rugăciunea lui Iisus din trei motive: mai întâi, spunând că acest exercițiu este potrivit numai pentru sfinți și pentru nepătimitori; al doilea, din pricina lipsei îndrumărilor acestei lucrări; al treilea, din cauza înșelării care urmează uneori acestei nevointe mintale. Este suficient să spunem că cei ce resping din aceste pricini exercițiul cu rugăciunea minții sunt cei care se ocupă exclusiv cu rugăciunea orală, neavând nici o spori-re în această lucrare. Ei, respingând cunoașterea dobândită din experiența cu rugăciunea minții, nu pot ajunge nici în rugăciunea orală la luarea-amine desăvârșită, care se capătă mai ales prin rugăciunea minții. Cântarea de psalmi, ce se săvârșește doar cu gura, fără luare-amine, în mijlocul răspândirii care îi caracterizează pe lucrătorii trupești, care neglijează cele ale minții, acționa-

puterea lui Dumnezeu și înțelepciunea lui Dumnezeu. Pentru că nebunia lui Dumnezeu este mai înțeleaptă decât înțelepciunea oamenilor și slăbiciunea lui Dumnezeu e mai puternică decât tăria lor" (1 Cor. 22-25).

Nu e de mirare că și învățații noștri, neavând idee despre rugăciunea minții după predania Bisericii Ortodoxe, ci citind despre ea numai în scrierile apusene, au repetat hulele și absurditățile acestor scriitori. Prietenul duhovnicesc al starețului Paisie Velicicovschi pomeneste și de alți călugări contemporani cu el care au respins îndelnicirea cu rugăciunea lui Iisus din trei motive: mai întâi, spunând că acest exercițiu este potrivit numai pentru sfinți și pentru nepătimitori; al doilea, din pricina lipsei îndrumărilor acestei lucrări; al treilea, din cauza înșelării care urmează uneori acestei nevointe mintale. Este suficient să spunem că cei ce resping din aceste pricini exercitiul cu rugăciunea minții sunt cei care se ocupă exclusiv cu rugăciunea orală, neavând nici o spori-re în această lucrare. Ei, respingând cunoașterea dobândită din experiența cu rugăciunea minții, nu pot ajunge nici în rugăciunea orală la luarea-amine desăvârșită, care se capătă mai ales prin rugăciunea minții. Cântarea de psalmi, ce se săvârșește doar cu gura, fără luare-amine, în mijlocul răspândirii care îi caracterizează pe lucrătorii trupești, care neglijează cele ale minții, acționa-

ză asupra sufletului foarte slab, superficial, și aduce roade potrivite cu lucrarea. Foarte adesea, când ea se face fără întrerupere și îndelung, da naștere la părerea de sine cu urmările ei. „Mulți, spune schimonahul Vasile, neștiind din experiență proprie lucrarea minții, judecă în chip greșit că lucrarea minții se cuvine numai celor nepătimitori și bărbaților sfinți. Din această cauză, ținându-se numai de cântarea de psalmi, de tropare și de canoane, săvârșesc numai rugăciunea cea din afară. Ei nu înțeleg că o asemenea rugăciune cântată ne este dată de Părinți numai pentru un timp anumit, potrivit cu neputința și pruncia minții noastre, pentru ca noi, învățându-ne încetul cu încetul, să ne ridicăm pe treapta lucrării minții, iar nu să petrecem până la moarte în cântarea de psalmi. Ce poate fi mai copilăros decât ca, rostindu-ne rugăciunile cu voce tare, să ne lăsăm purtați de plăcere, gândind că facem ceva demn de laudă, îndulcindu-ne cu mulțimea cântărilor și hrănind, prin aceasta, pe fariseul din noi“.

„Să se depărteze de la nedreptate oricine cheamă numele Domnului“ (2 Tim. 2, 19), ne îndeamnă Apostolul. Acest îndemn, care se referă la toți creștinii, se adresează în mod special celor care au de gând să se îndeletnicească cu rugăciunea neîncetată cu numele Domnului Iisus. Prea curatul nume al lui Iisus nu suferă să petreacă în mijlocul necurăției; El cere ca din vasul sufletului

să fie aruncat și să se arunce mereu tot ce este necurat. Intrând în vas, pe măsura curăției sale, El începe să lucreze în el și să săvârșească o curățire mai profundă, pentru care puterile și silințele omenești sunt insuficiente și care se cere pentru ca vasul să se facă vrednic pentru primirea întregii comori duhovnicești, a deplinei sfințenii.

Să ne îndepărtăm de îmbuibare și chiar de săturare; să ne facem o regulă din reținerea măsurată, permanentă de la mâncare și băutură; să refuzăm plăcerea mâncărilor și băuturilor gustoase; să ne odihnim într-un somn mulțumitor, dar nu peste măsură; să ne lepădăm de vorbe deșarte, de râsete, de glume; să încetăm ieșirile fără rost din chilie și primirea fraților în chilie, sub pretextul dragostei, sub al cărei nume se ascund vorbiri și îndeletniciri deșarte, care pustiesc sufletul. Să lepădăm închipuirile și gândurile deșarte care răsar în noi din pricina necredinței noastre, din pricina îngrijorărilor lipsite de judecată, din pricina slavei deșarte, a pomenirii de rău, a atâțărilor nervoase și a altor patimi. Cu o deplină credință să aruncăm toate asupra Domnului și să înlocuim gândurile noastre cele multe, închipuirile noastre deșarte, cu rugăciunea către Domnul Iisus. Dacă mai suntem înconjuțați de vrăjmași, atunci să plângem cu multe lacrimi și să strigăm către Împăratul Împăraților, cum strigă cei obidiți și apăsați din popor; dar dacă ni s-a îngăduit să

intrăm în camera din lăuntru a Împăratului, atunci îi vom aduce plângerea noastră și-i vom cere mila cu cea mai mare liniște și smerenie, din adâncul cel mai profund al sufletului. O astfel de rugăciune este în chip deosebit puternică; ea este pe deplin duhovnicească, se rostește în chip nemijlocit către Împărat, către inima Lui.

Condiția esențială pentru sporirea în rugăciunea lui Iisus este petrecerea în poruncile Domnului Iisus. „Rămâneți întru iubirea Mea“ (In. 15, 9), a spus El ucenicilor Săi. Ce înseamnă să rămâi în dragostea pentru Domnul? Asta înseamnă: să ne aducem aminte neîncetat de El, să rămânem neconținut în unire cu El după duh. Prima fără cealaltă este moartă și chiar nici nu se poate înfăptui. „Dacă veți păzi poruncile Mele veți rămâne întru iubirea Mea“ (In. 15, 10). Dacă vom păzi mereu poruncile Domnului, atunci ne vom uni cu El prin duhul nostru. Dacă ne vom uni cu duhul cu El, atunci ne vom îndrepta către El cu toată ființa noastră, ne vom aduce neîncetat aminte de El. Îndreaptă-ți toată purtarea ta potrivit cu poruncile Domnului Iisus, îndreaptă-ți după ele cuvintele tale, îndreaptă-ți după ele gândurile și simțămintele tale — și vei cunoaște darurile lui Iisus. Când vei simți în tine aceste însușiri prin lucrarea darului dumnezeiesc și când vei dobândi din această simțire cunoștința lor din experiență, atunci te vei îndulci cu o dulceață nepieritoare

re, care nu aparține lumii și veacului acestuia, cu o dulce lină, dar puternică, care nimicește înclinarea inimii spre plăcerile pământești. Când te vei îndulci cu darurile lui Iisus, Îl vei iubi și vei dori ca El să locuiască pe deplin în tine. Fără El te vei socoti un om ce merge la pierzare, un om pierdut. Atunci vei striga neîncetat, vei striga dintr-o deplină încredințare, din tot sufletul: „Doamne Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu, miluiește-mă pe mine, păcătosul“. Rugăciunea lui Iisus îți va înlocui toate celelalte rugăciuni. Și, în fond, ce cuprind ele mai mult decât poate cuprinde gândul despre mila lui Iisus față de păcătoși? Pune-ți drept unic scop al vieții îndeplinirea voii lui Iisus în orice împrejurare, oricât ar fi ea, în aparență, de neînsemnată sau mărunță. Străduiește-te să faci numai fapte bineplăcute lui Iisus și toate faptele tale vor fi deopotrivă vrednice de cer. Iubește voia lui Iisus mai mult decât dorințele trupului tău, mai mult decât liniștea și comoditatea ta, mai mult decât viața, mai mult decât sufletul tău. Citește cât se poate mai des Evanghelia, învață din ea voia Domnului și Mântuitorului tău. Nu lăsa neobservată nici cea mai mică învățătură din Evanghelie, nici o poruncă chiar dacă pare pe dinafară de puțină importanță. Înfrâneză-ți și omoară-ți toate pornirile proprii, nu numai pe cele păcătoase, dar și pe cele ce par bune, care aparțin însă firii omenești căzute,

deseori foarte dezvoltate la păgâni și eretici, care s-au depărtat de la faptele bune evanghelice ca răsăriturile de apusuri. Să tacă în tine tot ce e vechi în ființa ta! Să lucreze în tine singur Iisus prin prea sfintele Lui porunci, prin cugetările și simțămintele care decurg din aceste porunci. Dacă vei trăi în felul acesta, atunci negreșit va înflori în tine rugăciunea lui Iisus, indiferent dacă petreci în adâncă pustietate sau în mijlocul agitației unei vieți de obște, pentru că locul de sălășluire și de odihnă al acestei rugăciuni sunt mintea și inima înnoite prin cunoștință, prin gustare, prin îndeplinirea „voii lui Dumnezeu, bună, plăcută, desăvârșită“ (Rom. 12, 2). Viețuirea potrivit cu poruncile evanghelice este unicul și adevăratul izvor de sporire duhovnicească, accesibil pentru fiecare om care dorește sincer să progreseze, în orice stare exterioară ar fi pus, prin neștiință.

Lucrarea cu rugăciunea lui Iisus, potrivit cu însăși însușirea acestei lucrări, cere o neîncetată veghere asupra noastră înșine. „Cucernica băgare de seamă, spune starețul Serafim, aici e necesară din pricină că această mare, adică inima cu gândurile și dorințele sale, pe care trebuie s-o curățim prin mijlocirea luării-aminte, e întinsă și largă, acolo sunt jivine care nu au număr (Ps. 103, 25), adică multe gânduri deșarte, nedrepte și necurate, fapte ale duhurilor rele. Trebuie să veghem neîncetat asupra noastră, ca să nu se furișeze în

vreun chip oarecare păcatul și să nu ne pustiască sufletul. Nu numai atât: trebuie să veghem neîncetat ca mintea și inima să petreacă în voia Domnului Iisus și să urmeze sfintelor Lui porunci, pentru ca înțelepciunea după trup să nu strâmtoreze, prin vicleșug, înțelepciunea duhovnicească, ca să nu ne lăsăm târați de înfierbântarea sângelui, ci să petrecem după putință într-o neîncetată mortificare, într-o oarecare răceală subțire. Când va apărea simțirea acestei răceli subțiri, atunci din ea se observă mai limpede voia lui Dumnezeu și se îndeplinește mai liber. Când se va observa mai limpede voia lui Dumnezeu, atunci se trezesc cu o deosebită putere foamea și setea de dreptate dumnezeiască, și nevoitorul, cu o adâncă conștiință de sărăcia lui și cu lacrimi, cu o nouă tărie se străduie să descopere această dreptate printr-o rugăciune mai atentă, mai cucernică. „Cum această dumnezeiască rugăciune, spune starețul Paisie, este cea mai înaltă dintre nevoințele monahale, piscul îndreptărilor după hotărârea Părinților, izvorul faptelor bune, cea mai subțire și nevăzută lucrare a minții în adâncul inimii, de aceea se întind de către vrăjmașul nevăzut împotriva ei mrejele feluritelor înșelări și închipuiri, care sunt nevăzute, subțiri, de abia atinse de mintea omenească“.

Este cu neputință să punem altă temelie pentru rugăciunea cu numele lui Iisus afară de cea

odată pusă, care este Însuși Domnul nostru Iisus Hristos, Dumnezeu-Omul, care a acoperit în chip neajuns firea dumnezeiască prin firea omenească mărginită și care din firea omenească mărginită scoate la iveală lucrările nemărginitului Dumnezeu. Dar din cauza prunciei noastre Sfinții Părinți ne dau unele ajutoare, după cum s-a spus mai sus, pentru o mai lesnicioasă învățare a rugăciunii lui Iisus. Aceste ajutoare nu sunt nimic altceva decât auxiliare care nu cuprind în sine nimic deosebit. Nu trebuie să ne oprim la ele cu o luare-aminte de prisos; nu trebuie să le dăm o importanță nemeritată. Toată puterea și toată lucrarea rugăciunii lui Iisus decurg din atotputernicul nume al lui Iisus Căruia ne închinăm, nume care e „singurul de sub cer întru care se cuvine să ne mântuim“. Ca să fim în stare de descoperirea acestei lucrări în noi trebuie să fim pregătiți prin urmarea poruncilor evanghelice, cum a spus și Mântuitorul: „Nu oricine îmi zice Doamne, Doamne, va intra în Împărăția cerurilor“, în aceea care ne așteaptă după fericitul nostru sfârșit și în aceea care se descoperă în noi, în timpul vieții noastre pământești, „ci cel ce face voia Tatălui Meu Care este în ceruri“ (Mt. 7, 21). Pentru cei sporiți nu e nevoie de nici un fel de ajutoare, căci în mijlocul agitației mulțimilor de oameni ei petrec în liniște. Toate piedicile din calea sporirii duhovnicești se află în noi, numai în noi! Dar dacă

ceva din afară lucrează ca o piedică, aceasta nu face decât să arate voia noastră neputincioasă, dedublarea noastră sufletească, vătămarea noastră prin păcat. N-ar fi necesare nici un fel de ajutoare exterioare dacă noi am viețui așa cum trebuie să viețuim. Viețuirea noastră este slăbănogită, voia noastră e firavă, și de aceea noi avem nevoie de ajutoare exterioare, așa cum ologii au nevoie de cârje și de toiag.

Milostivii Părinți, văzând că cel care vrea să se ocupe cu rugăciunea lui Iisus e pe deplin viu pentru lume, că ea are o mare influență asupra lui, prin simțămintele sale, sfătuiesc să se între într-o chilie singuratică, întunecoasă, pentru ca în felul acesta simțămintele lui să ajungă într-o stare de nelucrare, pentru ca să se curme legătura cu lumea, pentru ca să se ușureze adâncirea în sine. Ei sfătuiesc șederea în timpul îndeletnicirii cu rugăciunea lui Iisus pe un scaun mic pentru ca, după trup, să avem starea unui cerșetor care cere milostenie și să se simtă mai ușor sărăcia sufletului. La slujbele dumnezeiești, dacă te ocupi în timpul lor cu rugăciunea lui Iisus, Părinții sfătuiesc să se închidă ochii, pentru paza de răspândire, pentru că vederea este vie pentru lucrurile materiale și, îndată ce se deschid ochii, obiectele văzute vor începe să se întipărească în minte și abat de la rugăciune. Înfăptuitorii rugăciunii folosesc și alte mijloace ajutătoare pentru sprijinul

material al nevoinței duhovnicești. Aceste ajutoare pot fi întrebuințate cu folos; dar în timpul întrebuințării lor, ele trebuie să se potrivească cu însușirile sufletești și trupești ale fiecăruia, căci un mijloc mecanic care se potrivește foarte bine unui nevoitor, pentru altul poate fi nefolositor și chiar vătămător. Sporii resping ajutoarele materiale, așa cum ologii vindecați aruncă cârjele, așa cum pruncul la o anumită vârstă leapădă scutecele, așa cum se scot schelele cu ajutorul cărora s-a construit o casă.

Pentru toți și pentru fiecare este esențial să se înceapă învățarea rugăciunii lui Iisus prin săvârșirea ei cu gura, închizând mintea în cuvintele rugăciunii. Închiderea minții în cuvintele rugăciunii mijlocește cea mai severă luare-aminte față de aceste cuvinte, fără de care rugăciunea este asemenea trupului fără suflet. Să lăsăm pe seama Domnului Însuși schimbarea rugăciunii făcute cu vocea și cu luare-aminte în rugăciunea minții, a inimii și a sufletului. El va săvârși negreșit acest lucru când va vedea că noi ne-am curățit măcar cât de cât, că ne-am educat, că am crescut, că ne-am pregătit prin lucrarea poruncilor evanghelice. Un tată chibzuit nu va da o sabie ascuțită în mâinile fiului său. Pruncul nu este în stare să întrebuințeze sabia împotriva vrăjmașului, ci, umblând cu ea, se va răni pe sine. Cel prunc după vârsta duhovnicească nu este capabil să primeas-

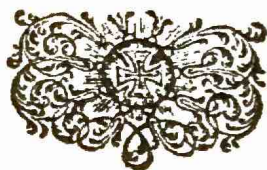
că darurile duhovnicești, căci nu le va întrebuința spre slava lui Dumnezeu, nici spre folosul său și al semenilor săi, nici pentru lovirea potrivnicilor nevăzuți, ci se va răni pe el însuși, mândrindu-se, umplându-se în chip păgubitor de înălțare, de o păgubitoare privire disprețuitoare față de semeni. Chiar fiind străini de darurile duhovnicești, plini de patimi rău-mirositoare, noi ne mândrim și ne mărim, noi nu încetăm să osândim și să urgisim pe aproapele, care este mai bun decât noi! Ce-ar fi dacă ni s-ar încredința o bogăție duhovnicească, un dar duhovnicesc, care să ne separe de ceilalți semeni și care să ne facă să credem că suntem aleșii lui Dumnezeu? N-ar deveni darul o pricină de îngrozitoare nenorocire sufletească?

Să ne sârguim către desăvârșirea în smerenie, care constă într-o deosebită dispoziție fericită a inimii și apare în inimă din împlinirea poruncilor evanghelice. Smerenia este acel unic jertfelnic pe care ne este îngăduit de legea duhovnicească să aducem drept jertfă rugăciunile, jertfelnic pe care rugăciunile (jertfele aduse) se ridică spre Dumnezeu, stau în fața Lui. Smerenia este acel vas unic în care se varsă de Duhul lui Dumnezeu darurile harice. Să ne îndeletnicim cu rugăciunea lui Iisus fără nici un interes, cu simplitate, cu scopul de a ne pocăi, cu mare credință în Dumnezeu, cu o desăvârșită predare în mâinile lui Dumnezeu, cu nădejdea în înțelepciunea, bunătatea și atotputer-

nicia voii Lui. În timpul alegerii mijloacelor fizice să procedăm cu cea mai mare băgare de seamă și cuminenie, ca să nu ne lăsăm târați de o deșartă aprindere, de o râvnă nesocotită, care pentru cei neexperimentați apare ca o faptă bună, dar pe care Sfinții Părinți o numesc cutezanță plină de mândrie, înfocare nebună. Să alegem mai ales mijloacele cele mai simple și cele mai smerite, ca pe cele ce sunt cele mai lipsite de primejdii. Repetăm: toate ajutoarele fizice nu trebuie socotite nimic altceva decât auxiliare necesare din pricina neputinței noastre. Să nu ne punem nădejde nici în ele, nici în mărimea lucrării noastre, ca să nu fie răpită de la noi în chip tâlhăresc nădejdea în Domnul, ca să nu credem că esența lucrării stă în puterea noastră sau în lucruri fizice și deșarte. Să nu căutăm îndulcire sau vedenii, căci suntem păcătoși, nevrednici de bucurii și vederi duhovnicești, incapabili de ele din pricina omului vechi care viețuiește în noi. Vom căuta ca, prin rugăciunea făcută cu luare-aminte, să îndreptăm privirile minții spre inima noastră și să vedem acolo mai întâi păcătoșenia noastră. Și când vom cunoaște starea noastră căzută, să stăm cu duhul înaintea Domnului Iisus Hristos, ca oarecând ceata leproșilor, orbilor, surzilor, șchiopilor, slăbănogilor, demonizaților. Și să strigăm, cu plâns puternic și lacrimi izvorâte din sărăcia duhului nostru, din străpungerea inimii pentru pă-

cătoșenia noastră. Și strigătul nostru din rărunchi, pentru care nu găsim cuvinte pe măsură, să se înveșmânteze în rugăciunea cu puține cuvinte, dar plină de minunat folos: Doamne Iisuse Hristoase, miluiește-mă pe mine, păcătosul!". Amin.

Cuvânt



despre datoria monahului
de a învăța și practica
rugăciunea lui Iisus
în viața de obște

„*Rugați-vă neîncetat !*“

(I Tes. 5, 17)

Părinților și fraților,

Deoarece am fost întrebat în mai multe rânduri de unii frați și monahi în ce măsură rugăciunea minții este obligatorie pentru monahii care trăiesc în mănăstirile cu viață de obște și sunt în diferite ascultări, în cele ce urmează — pe cât îmi vor ajuta mila și îndurarea Preabunului nostru Mântuitor și rugăciunile Preasfintei Sale Maici — voi încerca să răspund măcar pe scurt acestei întrebări.

Frații mei, dacă, după mărturia Sfântului Duh: *Frica Domnului este început al înțelepciunii* (Prov. 1, 7) și dacă, după mărturia dumnezeiescului Părinte Isaac Sirul: „Frica Domnului este început a toată fapta bună“ (Cuv. 1), atunci, după cum la toată fapta bună început se face frica de Dumnezeu, tot astfel și la maica tuturor faptelor bune, care este sfințita rugăciune (*Scara*, Cuv.

28), început bun și temelie tare este, de asemenea, frica de Dumnezeu. Precum din credință se naște frica de Dumnezeu (*Filocalia*, vol. 2, Sfântul Maxim Mărturisitorul), tot astfel, din frica de Dumnezeu se naște înfrânarea de la patimi și trezvia, prin care orice om se abate de la rău (Prov. 15, 29).

Cel care are frică de Dumnezeu urmează în trezvie și luare-aminte pe marele Prooroc David, care zice: *De-a pururea vedeam pe Dumnezeu înaintea mea, că de-a dreapta mea este ca să nu mă clatin* (Psalm 15, 8). Cel ce are frica de Dumnezeu și pomenirea Lui totdeauna în minte, unul ca acesta neîncetat se și roagă. Dacă rugăciunea minții nu ar fi obligatorie pentru toți și în toată vremea, atunci Duhul Sfânt nu ne-ar fi învățat, prin gura dumnezeiescului Prooroc David, astfel: *Bine voi cuvânta pe Domnul în toată vremea* (Psalm 33, 1; 102, 1-2). De asemenea, nici dumnezeiescul Apostol Pavel — gura lui Hristos — nu ne-ar fi poruncit: *Neîncetat rugați-vă!* (I Tes. 5, 17).

Din aceste mărturii ale Sfintei Scripturi înțelegem că suntem datori să ne rugăm oricând și oriunde ne-am afla. Dar acest lucru nu-l vom putea împlini dacă nu vom avea totdeauna frica de Dumnezeu și prezența Lui în mintea noastră. Poate vor întreba unii: „Cum puteam să ne rugăm pururea și să avem lauda Lui în gura noastră în toată vremea (Psalm 33, 1), dacă avem atâtea

treburi și griji, trebuind să ne concentrăm mintea la ce vorbim cu alții, la cele pe care le lucrăm sau îi învățăm pe alții să le lucreze, spre a dobândi cele necesare pentru viața cea de toate zilele? Cum puteam să ne rugăm neîncetat, când suntem ocupați cu ascultări atât de grele și diferite în sfânta mănăstire?”.

Într-adevăr, unii dintre noi ar putea avea această nedumerire despre rugăciunea neîncetată, dacă Preabunul Dumnezeu ne-ar fi dat numai o singură gură și un singur cuvânt. Dar Cel ce toate cu negrăită înțelepciune le-a făcut, Acela din început ne-a înzestrat cu îndoit cuvânt și îndoită gură spre a putea împlini cele ce prin Dumnezeu Sfânt avea să le ceară de la noi. Iată ce zice Sfântul Vasile în această privință, arătând despre gura cea tainică a sufletului nostru și despre rugăciunea minții: „S-ar părea că nu este cu puțință ceea ce spune proorocul. În ce chip lauda lui Dumnezeu poate fi întotdeauna în gurile oamenilor? Căci atunci când omul se află într-o convorbire obișnuită asupra vieții, el nu are în gura lauda lui Dumnezeu. Când doarme, când tace, când mănâncă și bea, cum poate gura lui să săvârșească lauda? La aceasta răspundem că este o gură de taină a omului lăuntric, prin mijlocirea căreia omul devine părtaș Cuvântului dătător de viață al lui Dumnezeu, Care este pâinea cea vie ce S-a pogorât din cer. Despre această gură spu-

ne proorocul: *Gura mea am deschis și am aflat
dub* (Psalm 118, 131). Domnul ne cheamă să
deschidem tocmai această gură pentru ca să pri-
mim hrană adevărată, zicând: *Deschide gura ta și
o voi umple pe ea* (Psalm 80, 9). Câteodată, gân-
dul despre Dumnezeu, însemnat și întipărit în
cugetul sufletului, se poate numi laudă care pe-
trece întotdeauna în suflet, fiind de la Dumne-
zeu. Cel stăruitor poate săvârși, după cuvântul
Apostolului, toate întru slava lui Dumnezeu (I
Cor. 10, 31; Col. 3, 17), căci orice faptă, orice cu-
vânt și orice lucrare mintală are putere de laudă.
„Dreptul, fie că mănâncă, fie că bea sau altceva
de face, toate întru slava lui Dumnezeu le face,
iar inima lui veghează chiar atunci când doarme“
(*Sbornic*, Despre rugăciunea lui Iisus, Mănăstirea
Valaam, 1936, p. 343).

Așadar, după cum vedem din mărturia Marelui
Vasile, noi avem pe lângă gura cea trupească și o
gură de gând, prin care putem face o lucrare de
laudă în chip gândit, în omul nostru lăuntric.
Sfântul Macarie cel Mare, arătând despre datoria
pe care o avem de a ne ruga neîncetat, zice: „Creș-
tinul trebuie să aibă întotdeauna amintirea lui
Dumnezeu, căci scris este: *Să iubești pe Domnul
Dumnezeul tău din toată inima ta* (Deut. 6, 5;
Mt. 22, 34). Adevăratul rugător, spune Sfântul
Macarie, trebuie să-L iubească pe Domnul nu nu-
mai atunci când intră în biserică, ci și atunci când

umblă, când stă de vorbă, când mănâncă și bea, și să aibă aducere-aminte de Dumnezeu și dragoste, căci s-a zis: *Unde este comoara voastră, acolo va fi și inima voastră* (Mt. 6, 21).

Din aceste mărturii ale Sfinților Vasile cel Mare și Macarie reiese că suntem datori să laudăm pe Dumnezeu în mintea și inima noastră în toată vremea și în tot locul, acest lucru fiind cu putință deoarece, după cum s-a arătat, orice gândire și lucrare duhovnicească a minții, orice faptă bună, orice cuvânt bun au putere de laudă și se socotesc ca o rugăciune înaintea lui Dumnezeu. Sfântul Isaac Sirul, arătând că orice gândire în frica de Dumnezeu, orice cugetare duhovnicească, orice grijă a minții pentru mântuire și orice ascultare face călugărul cu răbdare, smerenie și dragoste, spre folosul fraților și spre slava lui Dumnezeu, este de fapt o rugăciune, zice: „Se cuvine să cunoaștem, fraților, că orice vorbire ce se face în taină și toată grija minții pentru Dumnezeu și toată cugetarea celor duhovnicești, în rugăciune se preface, ori cuvinte citite de ai spune, ori glasuri ale gurii spre doxologia lui Dumnezeu, ori grija de mântuire în Domnul, ori închinăciuni ale trupului, ori cântare de psalmi, ori cuvântare de stihuri și altele de acest fel, prin care se face învățătura rugăciunii curate și din care se naște naște dragostea lui Dumnezeu“ (Sfântul Isaac Sirul, Cuv. 35, p. 188, Mănăstirea Neamț, 1819).

Iubiții mei frați,

Cei care vă nevoiți în muceniceasca ascultare a vieții de obște (*Scara*, Cuv. 4), de câte ori vă osteniți cu răbdare în supunere, de câte ori vă înfrânați cu măsură de la mâncare, băutură și somn, de câte ori răbdați ocara cu bărbăție de cuget, de câte ori petreceți citind Sfintele Scripturi, meditând la patimile cele înfricoșate și mântuitoare ale Domnului Dumnezeuului și Mântuitorului nostru Iisus Hristos, la moarte, la gheenă, la Judecata de apoi sau la Împărăția cerurilor; de câte ori vă aflați în sfânta biserică, ascultând și urmărind cu atenție și evlavie înțelesul duhovnicesc al sfintelor slujbe, gândind la puterea tainică a celor ce se cântă și se citesc acolo; de câte ori cântați și citiți singuri cu bună înțelegere în chiliile și inimile voastre și vă osteniți cu îndelungă durere pentru împlinirea faptelor bune; de câte ori vă dogoriți de arșița soarelui de vară și răbdați cu multă sudoare în osteneala sfintei ascultări, pentru dragostea lui Dumnezeu și folosul aproapelui; de câte ori vă aflați în chilie, făcându-vă canonul de mătăanii și de închinăciuni, cu rugăciunea în minte, sau citind Vietile Sfinților și învățăturile Sfinților Părinți, spre a vă folosi de ele; de cât ori vă aflați, stând cu răbdare, la osteneala privegherilor de toată noaptea în biserică sau la chilie, de câte ori vă aflați în vreo lucrare sfântă a minții și în împlinirea cu lucrul a oricărei

fapte bune făcută după sfatul celor ce vă povătuiesc și poartă grijă de mântuirea sufletelor voastre, de câte ori vă aflați slujind cu dragoste și cu smerenie fraților la chelărie, la grădină, la croitorie, la biserică și la oricare altă slujbă spre folosul de obște al părinților și fraților, dacă veți face aceste osteneli cu privirea minții spre Dumnezeu și spre slava Lui vă veți osteni, vă aflați într-o rugăciune neîncetată înaintea lui Dumnezeu. Aceasta deoarece, după cum ați văzut mai sus, orice faptă bună, oricare gândire sau vorbire duhovnicească sunt ca o laudă înaintea lui Dumnezeu.

Poate însă veți zice că aceste slujbe și ascultări nu pot să alcătuiască o rugăciune înaltă și fără răspândire. Într-adevăr, așa este, dar nu se cere celor din ascultare acest lucru. În această privință Sfântul Ioan Scărarul, arătând că diavolul îndeamnă pe cei neiscușiți din viața de obște să râvnească, mai înainte de vreme și mai înainte de a avea vârsta duhovnicească cuvenită, la mari lucrări duhovnicești și la rugăciunea contemplativă și duhovnicească, zice: „Deschide mintea ascultătorilor neiscușiți și vei afla acolo un gând rătăcit: dorință de liniștire peste măsură, de rugăciune nerisipită, de lipsă desăvârșită de slavă deșartă, de neîncetată pomenire a morții, de umilință necentenită, de nemânieră cea desăvârșită, de tăcere adâncă, de curăție covârșitoare. Lipsindu-le aceste virtuți, după o anumită rânduială a

lui Dumnezeu, ei, fără socoteală, sar peste treptele ce le sunt puse înainte, fiind amăgiți de vrăjmașul care îi îndeamnă să caute aceste lucruri desăvârșite înainte de vreme, cu scopul de a nu le putea căpăta nici la vreme, neavând răbdare" (*Scara*, Cuv. 4, C. 118). Sfântul Teofan Zăvorâtul zice: „Cel îndrăzneț și încrezător în sine însuși vrea să ajungă repede la rugăciunea contemplativă" (*Sbornic*, vol. 1, p. 318).

Așadar, părinților și fraților, nu se cuvine să ne avântăm, mai înainte de vreme, spre o sporire desăvârșită în rugăciunea înaltă, de care, după Sfântul Isaac Sirul, „abia se învrednicește unul din zece mii" (Cuv. 32, p. 166). Nouă, celor pătimiși și neputincioși, ne este destul să vedem măcar urma liniștii mintale, adică rugăciunea minții lucrătoare, prin care se alungă din inimă atacurile vrăjmașe și gândurile rele. În acesta constă toată lucrarea noilor începători și a pătimișilor monahi, prin care, dacă vrea Dumnezeu, se poate ajunge și la rugăciunea înaltă, contemplativă și duhovnicească, căci, după dumnezeiescul Părinte Maxim Mărturisitorul, „două sunt stările cele mai înalte ale rugăciunii curate. De una au parte cei ce se îndeletnicesc cu făptuirea, de alta, cei ce se îndeletnicesc cu contemplația. Cea dintâi se naște în suflet din frica de Dumnezeu și nădejdea cea bună. Cea de-a doua, din dragostea dumnezeiască și din curăția deplină" (*Filocalia*, vol. 2, Cap. pentru dragoste)

Sfântul Maxim Mărturisitorul și starea întâi a rugăciunii, care ține de lucrarea faptelor bune, o numește „înaltă“. Deci nu se cuvine nouă celor pătimiși și slabi să deznădăjduim, socotind că puțini sunt cei care se învrednicesc de rugăciunea contemplativă, căci la Dumnezeu nu este nedreptate; ci, dimpotrivă, să nu ne lenevim și să mergem pe calea ce duce către această rugăciune sfințită, adică pe calea rugăciunii lucrătoare, săvârșită cu mintea.

Nu mai puțin adevărat este și faptul că unii dintre sfinți au dobândit rugăciunea contemplativă chiar în viața de obște, așa cum au fost Sfântul Calist, patriarhul Constantinopolului, care a deprins rugăciunea cea mai înaltă făcând ascultare la bucătărie într-o lavră din Sfântul Munte Athos, Sfântul Eufrosin bucătarul și alții de care nu mai pomenim.

Dacă ne vom lenevi să învățăm rugăciunea minții, dând vina pe ascultare, ne va muștra pilda acestor Sfinți Părinți, precum și Sfântul Grigorie Sinaitul, care zice că nici pustia, nici singurătatea nu sunt atât de folositoare în vremea deprinderii rugăciunii minții, ca ascultare înțeleaptă (*Filocalia*, vol. 7, Capete foarte folositoare în acrostih, C. 18, p. 96). Iată deci că „cei ce se nevoiesc în supunere și ascultare, în viața de obște, mai repede biruiesc patimile, căci, prin răbdare și tăierea voii lor, lovesc deodată patimile în piept și în

cap și, prin lovituri repetate, ajung repede să le omoare desăvârșit. Pe când în singurătate, lupta este numai cu gândul, care este tot așa de slabă în lucrarea ei ca lovitura pricinuită de atingerea unei muște. De aceea, omorârea patimilor în singurătate se prelungește mai mult timp și aproape întotdeauna ea nu este propriu-zis o omorâre, ci o amorțire pe un anumit timp, până când nevoitorul se va întâlni cu obiectele (cauzele) patimilor. În acest caz, patimile ca fulgerul se aprind și de nu se va trezi cineva cu mare putere, cu rugăciune și cu post foarte aspru, nu rămâne nevătămat. Iată de ce Sfinții Părinți, fiind încercați în viața duhovnicească, poruncesc să biruim patimile prin lupta cu ele în viața de obște și numai după aceea să ne „însingurăm“, cum ne sfătuiește și Sfântul Teofan Zăvorâtul (*Sbornic*, vol. 1, p. 233).

Dar nu numai trăind în mănăstiri cu viață de obște, ci chiar și în lume fiind, unii dintre sfinți s-au desăvârșit în rugăciunea minții cea mai înaltă, trăind în mijlocul celor mai mari orașe. Astfel a fost Sfântul Simeon Noul Teolog, având slujba de administrator în orașul împărătesc Constantinopol, precum și Sfântul Fotie, patriarhul Constantinopolului, care a fost ridicat la rangul de patriarh dintre senatori și care, nefiind monah, a învățat lucrarea minții pe când se afla în locul său înalt din lume și a sporit în această sfântă rugăciune în așa măsură, încât, după cuvântul Sfân-

tului Simeon al Tesalonicului, fața lui era luminată de darul Prea Sfântului Duh ca a unui al doilea Moise. El a scris apoi o carte foarte importantă despre această sfântă rugăciune a minții. Acest Sfânt Simeon al Tesalonicului arată, de asemenea, că Sfântul Ioan Gură de Aur, precum și Sfinții Ignatie și Calist, pe când erau patriarhi în Constantinopol, s-au desăvârșit în această sfântă rugăciune a minții și au scris cărți minunate despre această lucrare lăuntrică. Din aceste motive, Sfântul Simeon al Tesalonicului sfătuiește pe arhierei, pe preoți, pe monahi și pe creștinii din lume să rostească această rugăciune în orice vreme și în orice loc ar fi și să o țină ca pe răsuflarea lor, deoarece nu este o armă mai tare, nici pe pământ și nici în cer, ca numele lui Iisus Hristos.

Unii dintre Sfinții Părinți dau reguli celor ce au intrat în monahism ca, odată cu înfăptuirea poruncilor lui Hristos, să săvârșească o îndelungată cântare de psalmi, de canoane și de tropare. Alții, învățând cea mai subtilă lucrare duhovnicească a minții, socotesc că pentru noii începători nu este de ajuns să petreacă numai în îndeletnicire trupească, ci recomandă, odată cu împlinirea poruncilor lui Dumnezeu, citirea măsurată și stabilă, în locul îndelungatelor cântări de psalmi și canoane, lucrarea rugăciunii minții, atrăgând totodată atenția că, dacă Duhul Sfânt îi va cerceta prin lucrarea rugăciunii inimii, atunci fără nici o

îndoială să lase pravila cea de afară, căci rugăciunea lăuntrică o înlocuiește cu mult mai mare spor. În sfârșit, alții dintre Sfinții Părinți, având o mare experiență și cunoștință a vieților și scrierilor sfinților, dar mai ales fiind luminați prin lucrarea și înțelepciunea Sfântului Duh, statornicesc pentru noii începători învățătura rugăciunii minții, în general, iar în parte, împărțind-o în două: lucrătoare și văzătoare (contemplativă). Acești Părinți ne sfătuiesc să avem toată grija pentru lucrarea rugăciunii minții, dând cântării puțină vreme, numai în ceasurile de plictiseală și oboseală, căci, arată ei, slujbele bisericești și cântările sunt lăsate tuturor creștinilor în general, însă nu și pentru cei ce vor să se liniștească, petrecând în tăcere. De altfel, și pe calea îndelungatelor cântări de psalmi și prin citirea canoanelor și a troparelor putem ajunge la sporire, dar cu multă înțetineală și osteneală (*Paisie, Starețul Mănăstirii Neamțu*, de S. Cetfericov, 1943, *Învățătura Starețului Paisie despre rugăciunea lui Iisus care se săvârșește de minte în inimă*, p. 213-214).

Părinților și fraților,

Este bine să știm că și simțirea de Dumnezeu, fără cuvinte, este o rugăciune. Când cineva face ascultare în mănăstire cu frică de Dumnezeu și are prezența Lui în minte, unul ca acela se află întru simțirea de Dumnezeu și este întru rugăciune.

ne. Dacă el, la această simțire a lui Dumnezeu, adaugă și cuvinte, atunci este asemenea cu cel care peste focul aprins mai pune lemne, spun dumnezeieștii Părinți. Domnul nostru Iisus Hristos este unicul nostru izvor de mântuire, este unicul mijlocitor pentru mântuirea noastră obiectivă. Numele Lui a împrumutat de la Dumnezeirea Lui o putere atotsfântă și nemărginită. Așadar, dacă toată fapta bună și toată osteneala noastră le vom face fiind sub ascultare și dacă amintirea numelui Atotputernicului nostru Dumnezeu nu ne va lipsi din minte, atunci, prin aceste două lucrări, toată viața noastră se va preface într-o rugăciune neîncetată, plină de nădejdea mântuirii. Când ne vom osteni cu trupul în ascultare, iar cu mintea ne vom ruga lui Dumnezeu, atunci toată ființa noastră se va afla în slujba Lui.

Unii m-au întrebat care este cea mai bună pravilă pentru monahi. Le-am răspuns că, atât pentru monahi, cât și pentru mireni, *cea mai înaltă pravilă și cea mai de dorit este de a fi nedespărțiți cu mintea și cu inima de Dumnezeu și a ne ruga neîncetat, oricând și oriunde*, sau, altfel zis, să stăm cu mintea în inimă înaintea Domnului și să ne rugăm. Acest lucru îl poate face cel ce totdeauna are frica de Dumnezeu înaintea ochilor minții sale, căci rugăciunea nu se săvârșește numai când stăm la pravila de rugăciune, ci, dacă vom ține mintea și inima îndreptate spre Dumnezeu,

totdeauna ne vom afla în rugăciune (*Sbornic 1*, p. 129). Rugăciunea neîncetată tocmai în aceasta constă: să ne aflăm întotdeauna cu evlavie în fața lui Dumnezeu. Această umblare în fața lui Dumnezeu o poate săvârși oricine, oricând și oriunde numai dacă este stăpânit de frica de Dumnezeu și de trezvie, căci prin aceste două virtuți poate îndepărta uitarea. Precum apa stinge focul, tot astfel patima cea uriașă a uitării stinge lucrarea rugăciunii din sufletele noastre, arată Sfinții Părinți. Iar fără rugăciunea lucrătoare, ce se face cu mintea, nimeni nu poate scăpa de acțiunile patimilor și de alcătuirea gândurilor viclene (*Sbornic 1*, Sfântul Teofan, p. 182-184).

Dacă făcând ascultare în mănăstire, pe limbă vom avea rugăciunea lui Iisus, în minte vederea lui Dumnezeu, iar în inimă setea de El, atunci cu adevărat suntem slugi ale lui Dumnezeu; iar dacă ne ostenim în ascultările mănăstirești numai cu trupul, iar mintea nu are privirea îndreptată spre Dumnezeu și nici inima noastră nu are dorirea de El, atunci suntem numai niște chipuri cioplite de călugări, după cum spune marele Vasile în *Hexaemeron*.

Așadar, iubiții mei frați, să rugăm pe Preabunul Dumnezeu ca totdeauna să ne aducă în minte frica de El și să facem sfânta ascultare în mănăstire cu trezvie și cu smerenie. De vom face ascultare cu supunere și cu dragoste, vom câștiga

smerenie, căci ascultarea e maica smeritei cuge-tări, iar de la smerenie se câștigă dreapta judeca-tă, care este împărăteasa faptelor bune, și nepăti-mirea (*Scara*, Cuv. 4). Dumnezeuiescul Părinte Ioan Scărarul, arătând că „viața de obște este ce-rul cel pământesc“, spune: „Să ne silim să avem aceeași așezare în inimă, pe care o au îngerii care slujesc Domnului în ceruri“ (*Scara*, Cuv. 4). Ne-greșit, dacă rugăciunea minții nu ar fi obligatorie pentru monahii din viața de obște, acest dum-nezeiesc Părinte nu ne-ar îndemna să ne silim a avea în inima noastră așezarea duhovnicească a în-gerilor din ceruri, care totdeauna trăiesc în Dum-nezeu și au privire minții întru El. Acest lucru, pe cât ne este cu putință, îl vom dobândi numai dacă nu vom uita să privim totdeauna cu mintea, în orice vreme și în orice loc, spre Dumnezeu.

Este bine să cunoaștem, spre mângâierea noastră, a celor ce petrecem în viața de obște, că cei ce fac ascultare cu răbdare, fără cârtire și cu frica de Dumnezeu, se împărtășesc de toate virtu-țile, și deci și de rugăciune, după cum arată dum-nezeiescul Părinte Grigorie Sinaitul (*Filocalia*, vol. 7, Cuvânt despre liniștire și despre cele două feluri ale rugăciunii, C. 8, p. 178). Tot Sfântul Gri-gorie zice: „Cei ce nu cunosc rugăciunea, care este, după Sfântul Ioan Scărarul, izvorul virtuților, care udă ca pe niște răsaduri puterile sufletului, trebuie să cânte mult și fără măsură și totdeauna

în multe feluri, neîncetând niciodată, până ce nu vor înainta de la făptuirea multă, cu osteneală, la vedere. Iar aceasta vine după ce au aflat rugăciunea care lucrează înăuntrul lor. Fiindcă una este fapta liniștei (isihiei) și alta a vieții de obște. Dar fiecare se va mântui stăruind în ceea ce a fost chemat“ (*Filocalia*, vol. 7, Despre felul cum trebuie să stea la rugăciune cel ce se liniștește și să nu se ridice repede, C. 5, p. 190).

Dar oare, pentru care pricină acest mare dascăl al rugăciunii desăvârșite ne învață pe noi, cei ce nu cunoaștem rugăciunea, să cântăm „mult, fără măsură și totdeauna în multe feluri“? Iată de ce: treapta de jos a rugăciunii fiind rugăciunea gurii sau a limbii, începătorii în viața monahală trebuie să o facă pe aceasta în mare cantitate, fiindcă, după Sfântul Ioan Scărarul, cantitatea duce la calitatea rugăciunii, și nu invers (*Scara*, Cuv. 2). Cine nu se lenevește și stăruiește cu osteneală în cantitate, mila lui Dumnezeu, văzând silința lui, îl va ridica și la treptele mai înalte ale rugăciunii, la rugăciunea de calitate. Așadar, frații mei, bună nădejde dobândim din aceste cuvinte ale dumnezeiescului Părinte Grigorie, noi cei începători în viața de obște și care abia începem a învăța rugăciunea, căci, deși ne ocupăm numai de rugăciunea gurii, a limbii și a gândului, care se face prin cântarea multă de psalmi, de tropare și canoane, sau a altor cântări ale slujbelor biseri-

cești, știm că ne aflăm pe calea rugăciunii lucrătoare, care ține de făptuire și conduce pe monahul stăruitor spre vedere, adică spre rugăciunea contemplativă și duhovnicească. Să ne ostenim deci cu această rugăciune lucrătoare, potrivită pentru noi, și să nu ne măhnim că nu am ajuns la măsura celor desăvârșiți în rugăciunea pe care cei sporiți o lucrează mai ales în liniște.

Dumnezeiescul Părinte Grigorie Sinaitul în cele de mai sus ne încredințează că „fiecare se va mântui întru cele ce este chemat“, adică și cei ce petrec în ascultările vieții de obște, în supunere și cu smerenie se vor mântui. Nu trebuie să ne întristăm dacă unii din cei ce se nevoiesc în ascultare în viața de obște nu vor ajunge la deprinderea rugăciunii contemplative (duhovnicești) și dacă vor muri în această stare în ascultările mănăstirii, adică având numai rugăciunea lucrătoare care se face cu mintea. Chiar în această stare de se va afla cineva în ceasul morții sale, Preabunul Dumnezeu îi va face parte de mântuirea și fericirea veșnică, după cum arată același Sfânt Grigorie, zicând: „Căci nu toți sunt, sau au fost odinioară, în trepte lucrătoare. Nici n-au umblat toți pe aceeași cale, sau au ținut-o până la sfârșit. Ci mulți au trecut de la treapta lucrătoare la vedere și s-au odihnit de la toate, aflându-se într-o sâmbătă a legii duhovnicești (Ieșirea 20,6). Alții însă s-au mântuit rămânând până la urmă în treapta

lucrătoare, ca adormind în ea să primească răsplata în veacul viitor. Iar alții au primit împlinirea în ceasul morții și de aceea au răspândit o bună mireasmă după moarte, spre arătarea mântuirii lor" (*Filocalia*, vol. 7, Despre felul cum trebuie să șadă la rugăciune cel ce se liniștește și să nu se ridice repede, C. 5, p. 191).

Părinților și fraților,

Cuvântul nostru a fost despre monahii viețuitori în obște și despre măsura în care ei pot și sunt datori să învețe și să se îndeletnicească cu rugăciunea minții. În cele de până aici s-a arătat că ei pot și chiar sunt obligați de Sfinții Părinți să se silească a face orice ascultare în sfânta mănăstire, având privirea minții îndreptată către Dumnezeu și să zică și această sfântă rugăciune cu mintea oricând. S-a arătat, de asemenea, că celor noi începători nu li se cere rugăciunea cea nerisipită, înaltă și contemplativă, ci cea lucrătoare, care se face cu mintea, spre a-și păzi inima de nevăzutele atacuri ale dracilor. S-a arătat, de la dumnezeiescul Părinte Maxim Mărturisitorul și de la alți Sfinți Părinți, că două sunt stările de rugăciune: una pentru noii începători, care corespunde cu lucrarea; alta este pentru cei desăvârșiți, care corespunde cu vederea. Prima este începutul, iar a doua, sfârșitul, „căci lucrarea este înaintare spre vedere“, spune Cuviosul Paisie de la Neamț (*Sbornic*, 1, p. 335).

Apoi s-a arătat că orice simțire de Dumnezeu și umblare cu evlavie în fața Lui, adică să facem orice ascultare și orice lucru ni se poruncește ca pentru Dumnezeu, ca și cum ni s-ar fi poruncit direct de El, va fi pentru noi o rugăciune neîncetată, dacă le vom face toate cu smerenie și spre slava lui Dumnezeu. S-a dat și pilda unora dintre Sfinții Părinți care au învățat rugăciunea cea înaltă a minții chiar în ascultările din viața de obște, cum au fost Sfântul Calist, Eufrosin bucătarul și alții, sau chiar în lume fiind, ca Sfântul Patriarh Fotie; dar acestea sunt cazuri rare și nu au putere de lege pentru toți. S-a recomandat că, în cazul în care pe unii din cei din supunere îi va cerceta darul lui Dumnezeu cu momente de rugăciune înaltă și dacă vor vedea că se pot statornici cu mila Domnului în această așezare, aceștia pot să lase pravila lungă pe care o făceau mai înainte, prin cântare de psalmi și canoane, și să stăruiască cât mai mult în rugăciunea minții din inimă. Bineînțeles, aceasta să o facă cu blagoslovenia starețului și a duhovnicului lor, care le cunoaște viața și așezarea. De asemenea, s-a arătat că cea mai înaltă pravilă de rugăciune pentru monahi, și chiar pentru mirenii râvnitori, este de a sta cu mintea și cu inima nedespărțite de Dumnezeu în orice vreme și loc. Acela care va avea aceasta va ajunge la fericita stare de rugăciune neîncetată.

Prea cuvioși părinți și iubiții mei frați, în încheierea acestui cuvânt, pe toți vă rog din inimă să

mă iertați pe mine, păcătosul și leneșul, care, deși am vorbit despre practicarea rugăciunii minții în viața de obște, niciodată nu m-am atins măcar cu vârful degetului de lucrarea ei. Rugați-vă cu toții Preaînduratelui nostru Mântuitor și Preasfintei Sale Maici să-mi ajute și mie celui nevrednic ca, măcar mai târziu, rușinându-mă de cuvintele mele, prin ajutorul sfintelor voastre rugăciuni, să încep și eu lucrarea aceasta sfântă și bună. AMIN!

*Sfârșit și lui Dumnezeu cel în Treime
închinat laudă!*